DELLA SALUTE DE' LETTERATI

RAGIONAMENTO

DEL SIG. TISSOT

D. P. di Medicina, della Società Reale di Londra, dell' Accademia Medico-Fisica di Basilea, e della Società Economica di Berna.

TADOTTO DAL FRANCESE

A cui in questa Veneta Edizione s' e' aggiunto un Preliminare Discorso del Sig. Dottor Giampietro Pellegrini Medico e Filosofo Veneziano, e Pubblico Incisore di Notomia nell' Università di sua Patria.

QUARTA EDIZIONE.

IN VENEZIA, MDCCLXXX.

PRESSO GIACOMO CAROBOLI.

Con Licenza de' Superiori, e Privilegio.

DISCORSO PRELIMINARE
DEL TRADUTTORE.

OGni qual volta il Sapiente nella investigazione s' accinge degli alti secreti della Natura (1) nella composizione dei corpi, seguendo i suoi passi col duplice ajuto del testimonio dei sensi e della ragione, non vi riconosce che l' opera di una sola universalissima legge di conser-

(1) ,, *La Natura è il sistema delle leggi stabilite dal Creatore per la esistenza delle cose*
,, *e per la successione degli esseri. La Natura*
,, *non è una cosa, imperciochè questa cosa sarebbe il tutto; la Natura non è un essere,*
,, *imperciochè questo essere sarebbe Dio; ma può*
,, *considerarsi siccome una potenza viva, immensa, che abbraccia il tutto, che anima il tutto, e che essendo subordinata a quella del primo Essere, non ha cominciato ad agire che per suo*
,, *comando, e non agisce eziandio che col suo consentimento, o concorso. Questa potenza è la parte*
,, *palese del Divino potere; essa è nel medesimo*
,, *tempo la cagione e l' effetto, il modo e la sostanza, il disegno e l' opera: differente moltissimo dall' arte degli uomini, le di cui produzioni non sono che opere morte, la Natura medesima*

vazione e di aumento, (2) mediante la quale mantiensi la informe brutta materia nelle viscere interne della terra sepolta, mediante la quale s' infiora la vegetabil famiglia, che ammanta e colora e le valli profonde, e le ridenti cime dei colli, da cui vita riceve lo innumerabile stuolo dei semoventi animali, i quali doviziosa fanno la terra ed abitata, da cui la perenne sorgente deriva dell' acque o stagnanti o correnti, la bella distribuzione degli astri, e l' armonica ruotazion delle sfere che si raggirano intorno.

Questa legge però quantunque unica e sola, riguardo alla conservazion delle cose, agisce nelle varie spezie degli esseri in varj e moltiplici modi; avvegnachè adatta

---

„ *sima è un' opera perpetuamente vivente, un* „ *operajo che incessantemente lavora, che sa metter in opera tutte le cose, che lavorando in se* „ *stesso, e sempre sul medesimo fondo, ben lungi* „ *d' esaurirlo, inesauribil lo rende: il tempo, lo* „ *spazio, e la materia sono i suoi mezzi, l' uni-* „ *verso il suo oggetto, il movimento, e la vita* „ *il suo scopo ec.* " Buffon Proem. Vue de la Natura.

(2) -- Omnis natura vult esse conservatrix sui, ut & salva sit & in genere conservetur suo. -- *Cicer. IV. de Finib.*

ta semplicemente negli uni alcune parti elementari omogenee, le arresta colà, le riunisce, e le indura. Nelle aperte assetate radici degli alberi introduce o sospigne, con l'acqua più pura, una sottilissima terra e la rende scorrevole persino nella sommità delle foglie, laddove arrivata in forma di vapore o di rugiada nell' aria si perde, e l' inutile parte del resluo liquore per le occultissime vie della corteccia la riconduce alla terra comune sua madre. Negli animali persine coll' introdutre una portatile terra nell' alimentizio canale, e dopo di averla innaffiata con varj liquori ed in bianco Chilo ridotta, finalmente la versa per entro alle vene (3) laddove per mezzo dell' aria prementе sulle pulmonarie vesciche, e dell' azione perenne delle intrinseche forze dei nervi, dei muscoli, dei canali, e del cuore, il

(3) -- Stirpes enim sive plantæ suis radicibus alimentum jam confectum a terra hauriunt: quocirca ne excrementum quidem contrahi in stirpibus solet: terra enim, caloreque perinde ac ventre, utuntur. At animalium genus omne fere, sed apertæ quæ incedunt, quasi terram intra se continent sinum ventris, ex quo ut illæ radicibus ita hæc aliquo intercedente cibum assumere debent donec finem sequentis concoctionis faciant. -- *Arist. II. de Part. Anim.*

il bianco liquore nel sangue confonde ed unisce, e col segregare da esso, per mezzo di altri strumenti, una infinità di liquori, tutta la vita animale conserva in istato di sanità.

Questa gran Madre però nella composizione degli animali, che similissimi sono nelle organiche parti ai vegetabili corpi, una nuona potenza vi aggiunse, la quale alla loro conservazione ed alla riproduzion delle spezie incessantemente vegliasse. Questa aggiunta potenza, questa ruota maestra della vita animale, risiede nella fisica sensibilità di alcune parti corporee, che nei soli animali si osservano (4), e che

---

(4) *Il celebre naturalista e filosofo Carlo Bonnet, nelle sue* Meditazioni sulla natura, *pretende, che le vegetabili piante sieno dotate di una qualche sensazione, quatunque assai minuta ed oscura. Adduce egli per prova la ragione e le replicate esperienze. Alla ragione primieramente ripugna l'insensibilità dei vegetabili, perchè succederabbe in natura un sovvertimento totale dell' ordinarie sue leggi; avvegnacchè dalle molte osservazioni sappiamo, che la fisica sensibilità costantemente si aumenta, o si sminuisce per gradi insensibili in tutt' i naturali prodotti, e per conseguenza che, supposta la insensibilità delle piante, un troppo irragionevole falso avrebbe dovuto fare Natura,*

che intieramente dipende dalla meccanica simmetrìa dei sensorj del cervello e dei

---

ra, ed avrebbe mancato alla gradazion regolata delle sue leggi; quindi sospetta, che risieder possa la sensibilità nei vegetabili in alcuni di quei vasellini minuti, destinati al nostro modo d' intendere al corso perenne dell' aria, o di altro alimentizio liquore. Oltredichè riferisce una serie di fatti, che nel vegetabile regno si danno a vedere, e che confermano in certa maniera questa ingegnosa opinione. Gettate una semenza sotterra a rovescio, e la vedrete incurvare il proprio suo stelo verso del cielo, e andar in cerca dell' aria, e le radici all' incontro, che germogliavan di sopra, con direzione contraria sprofondarsi al di sotto, e ricercare la terra. Fate voi pure, che questa medesima pianta sia situata tra due differenti qualità di terreno, vale a dire che la terra a diritta sia umida, pingue, e spugnosa, e che quella a sinistra sia dura, secca, e sassosa, se osserverete la distribuzione delle radici, vedrete che da principio egualmente si allungano per ogni parte, e che rivolgonsi poi tutte concordemente al più pingue e molle terreno; scavate una fossa, la quale impedisca, che le suddette radici più in là non s' innoltrino, valicheranno ben presto la fossa al di sotto, e passeranno a godere del pingue terreno, gli veniva artifizialmente conteso. Presentate una spugna ripiena di acqua ad una scoperta radice, e la vedrete seguire le sue posizioni. Moltissimi altri esempj di tal natura rapporta questo dotto Scrittore, ch' io non so come trarmi d' impaccio.

nervi. L'azione dei corpi immediamente applicata sulle scoperte papille dei nervi, che nei varj sensorj sono mirabilmente disposte, comunica le sue vibrazioni alla bianca midolla del sensorio comune, le quali essendo fra loro dissonanti e discordi, sono atte a produrre negli animali suddetti due sorta di sensazioni onninamente contrarie fra loro di *Piacere* e di *Dolore*. Le vibrazioni che alla natura animale sono conformi, ed amiche, producono in essi il piacere, e bastevoli sono a suscitar l'appetito, e l'amore. Quelle all'incontro che sono inimiche alla stessa natura, cagionano l'odio, la ripugnanza, il dolore. Ma perchè inutili sarebbero state le sensazioni suddette alla conservazione dell'animale famiglia, ogni qual volta non avesse potuto alienarsi d'intorno le sensazioni contrarie al proprio buon essere, e procacciarsi le sensazioni giovevoli e le più necessarie, quindi, a differenza delle vegetabili piante, di alcuni strumenti mobilissimi fu provveduta, i quali obbedissero alla stessa potenza, che le sensazioni tutte dirige e governa. Con tal mezzo Natura allontanò dagli animali tutte le offese possibili col suscitare il dolore, che dalla troppo violenta vibrazione delle nervee fibrille dipende, e che avreb-

avrebbe potuto distruggere ancora quelle tenerissime parti, che alla conservazion della vita sono più utili e necessarie dell' altre. Per la stessa ragione dolcemente, vibrando i corpi esteriori le funicelle suddette, il piacere negli animali Natura arrecò, onde abbracciassero volonterosamente gli amichevoli oggetti, ed al proprio vantaggio se ne servissero. (5) Dovendo però gli animali incontrar di sovente la duplice azione dei corpi relativi o contrarj alla propria esistenza, quindi costrusse loro il cervello con tale artifizio Natura, che ricevesse non solo le varie impressioni corporee trasferite dai nervi, ma che stampate eziandio nel proprio midollo, un indefinito spazio di tempo le trattenesse. Divennero adunque di memoria capaci gli animali suddetti, onde necessariamente sfuggissero ovvero incontrassero le varie impressioni degli oggetti esterio-

---

(5) „ Principio generi animalium omni est a „ Natura tributum, ut se, vitam, corpusque „ tueatur, declinetque ea quæ nocitura videan- „ tur: omniaque quæ sint ad vivendum necessa- „ ria inquirat, & paret. --- *Cic. de Offic.* Bestiis „ autem sensum & motum dedit, ut cum quo- „ dam appetitu accessum ad res salutares, a pe- „ stiferis recessum &c. --- *Idem II. de Natur. Deor.*

ri, l'effetto dei quali avessero sperimentato altre volte esser loro vantaggioso o molesto. Dalla duplice unione della fisica sensibilità, che negli animali oltremodo esquisita si osserva, e dalla reminiscenza sembra che in certa maniera derivi quella spontanea naturale tendenza di procacciarsi le utili cose e di allontanar le nocive, a cui fu dato il nome d' *Istinto*, il quale altro non è che una impercettibile potenza, che dai soli effetti è palese (6)

Que-

---

(6) „ *I filosofi che mettono a tortura lo spirito* „ *per definire l'* Istinto, *non s' accorgono essi che* „ *per arrivare a una tal cognizione converrebbe* „ *loro entrare per qualche tempo nel capo di un* „ *animale senza perdere la natura dell' uomo.* „ *Il definire generalmente, che l'* Istinto *altro* „ *non sia che il risultato dell' impressione di al-* „ *cuni oggetti sulla macchina, e della macchina* „ *sull' anima, e dell' anima sulla macchina, e-* „ *gli è un sostituire dei termini un poco meno oscu-* „ *ri ad un termine oscurissimo; ma questa idea non* „ *ci disimbarazza dalle spesse tenebre, che ci* „ *tengono involti. Noi sappiamo benissimo ciò* „ *che l'* istinto *non è ; ma non sappiamo ciò ch'* „ *egli sia veramente. Egli non è nè la intelligen-* „ *za, nè la ragione. Il Bruto non possiede nè* „ *le nostre nozioni, nè le nostre idee intermedie,* „ *vale a dire, non ha egli i nostri segni.* S. Bonnet Comtemplat. de la Natura Tom. II. p. "

Questo singolare principio fu loro concesso perchè incessantemente vegliasse alla conservazion della vita, la qual vita però essendo soggetta ad alcuni disordini, che cagionargli poteva la varia influenza dell' aria, la sconosciuta natura dei cibi e delle bevande, e le altre moltissime necessarie cagioni malamente applicate al meccanismo corporeo, necessariamente soggiacque alla moltiplice serie delle malattie, le quali altro non sono che alcune mutazioni corporee valevoli a sovvertire o a distruggere le varie funzioni del corpo vivente. Queste mutazioni però suscitate nei corpi animali altro non sono a chi ben le conosce, che un semplice sforzo del meccanismo animale per debellare alcune potenze onninamente dirette alla distruzion della vita. Non potendo però il meccanismo corporeo debellar da sè solo tutte le inimiche potenze dei mali, e ristabilire l' alacrità della vita, ricorse egli perciò all' autorevole istinto, perchè ritrovasse quei mezzi, che valevoli fossero a tenere lontane o a intieramente distruggere le malattie. Tentarono adunque di opporre per via dello istinto alla forza del male una spontanea natural medicina, che allo interno tumulto porgesse riparo e soccorso. Ricorsero quindi gl' infer-

fermi animali alla totale astinenza dei cibi, alla placida quiete del corpo, all' amico silenzio dell' ombre, all' asilo sicuro degli antri e delle foreste, alle copiose bevande delle fresche e purissime fonti, al semplice ajuto di una qualche erba o radice, ed a quei pochi ripari, che la dolente natura del cagionevole corpo spontaneamente gli suggeriva. Quindi è probabile, che i semplici dietetici mezzi sieno stati mai sempre i soli e i più sicuri strumenti della natural medicina fra i bruti, mediante la quale abbiano essi proveduto eziandio a tutt' i mali esteriori, che abbisognan fra noi dell' ausiliario soccorso della mano chirurgica, (7) non dovendosi

---

(7) *La Natura nel trattare gli animali affidati alla sua direzione, dimostra una singolare premura; mediante la quale in singolar modo dimostra quanto sia essa gelosa di un tale diritto. Insegnò loro non solo i più valevoli mezzi col quali riparassero gli interni malori, ma li provide eziandio di quella singolar medicina, che i mali esteriori singolarmente risana. Interrogate i cacciatori delle foreste se ritrovano colà molti infermi animali? vi diran certamente, che ne ritrovan pochissimi, alcuni fra i quali dimostrano delle cicatrici ben salde contratte dalle ferite, che ritrovano in altri le ossa spezzate, e fermamente*

dosi per modo alcuno prestare credenza a quei tanti favolosi racconti, che su questo proposito si diero ad intendere e Plinio e Pausania ed Erodoto, e tutti coloro che hanno vergognosamente oscurato la verità dell' istoria. (8)

La

---

te riunite, e che 'l loro chirurgo, per quanto si pensi, non è certamente che il tempo, che la discreta astinenza, che la quiete, il riposo, che la sola Natura, e che tormentati non sono dalle incisioni crudeli, dalle stomacose bevande, o dagli estenuanti digiuni. J. J. Rousseau Discours sur l' orig. p. 17.

(8) -- Hippopotamus in quadam medendi parte etiam magister existit. Assidua namque satietate obesus exit in littus, recentes harundinum cæsuras speculatus: atque ubi acutissimum videt stirpem imprimens corpus, venam quandam in crure vulnerat, atque ita profluvio sanguinis morbidum alias corpus exonerat, & plagam limo rursus obducit --- *Plin. H. N. l.* VIII. *cap.* 26. *Impiega egli pure tutto lo intiero susseguente capitolo nel dimostrare, che moltissimi bruti sono stati inventori e maestri di varj rimedi, che s' usano ancora fra gli uomini. Racconta che l' Ibi di Egitto del proprio rostro si serve a guisa di clistere; onde con l' acqua del Nilo si mondi la canna degli intestini; che i Cervi feriti insegnaronci il dittamo per l' estrazione dei dardi, e che i granchi presi per cibo dal velenoso falangio difendon la vita, che la Rondine della celidonia si serve per vincere la cecità dei suoi figli, che la Donnola*

rico-

La Natura però, che in proporzion del bisogno somministra i sufficienti soccorsi alle singole spezie degli esseri, provide eziandio largamente ai bisogni moltissimi della sua spezie più cara. Quindi non è meraviglia, se l'uomo avendo in se stesso una nuova e singolare sorgente d'interni tumulti e di malattie, lo abbia provvisto di una aggiunta potenza che valevole fosse a soggiogarle. (9)

Que-

---

riconosce l' alessifarmaca facoltà della ruta, che la Cicogna adopra l' origano, che l' edera il Cignale, così di mano in mano va divertendo il lettor sonnacchioso con sì fatti racconti.

(9) *Volle la providenza divina, che le stesse cagioni, che sovvertono l' economia della vita, fosser valevoli ancora a ridonar la salute, e che la vita essendo diretta da tre universali cagioni, non avesse bisogno di altri soccorsi che dei tre summentovati principj per distruggere le malattie. Queste cagioni altro non sono, 1. lo spirito governatore dell' uomo, 2. l' interna sua materiale struttura, 3. l' azion necessaria su di esso dei corpi stranieri. Questa terza cagione è senza alcun dubbio la più ferace sorgente degli umani infortunj, e della brevità della vita: anzi è credibile che dallo spirito posto in disordine sia nato il primo male fra gli uomini, e che il primo parente dopo la fatal sua disgrazia reso in un momento soggetto a tutte le umane*

Questa singolare potenza altro non è che ragione, mediante la quale si distingue non solo l' uomo e s' innalza al di sopra di tutti i viventi animali, ma riconosce eziandio il valor delle cose quali sono in se stesse, e dalla loro natura passando ad intenderne gli usi, arriva finalmente a comprendere i mezzi di render felice se stesso e la sua discendenza.

Egli è dunque probabile, che nella infanzia del mondo primieramente lo istinto animale, a cui immediatamente successe l' applicazione felice di alcuni rimedj somministrati dal caso, e finalmente la imperiosa potenza della ragione dallo esame dedotta delle comunali esperienze abbia condotto quasi per mano l' uomo alla invenzione di un' arte così necessaria. Nè altro soccorso poteva somministrargli lo istinto fuorchè la pronta difesa

---

ne disgrazie, ed essendo di grande intendimento fornito, siasi avveduto della perdita somma, che fatto aveva in quel punto, per la qual cosa da fiero dolore colpito, abbia egli sofferto nel proprio individuo un cangiamento solenne, onde siasi acquistato quel pertinacissimo morbo chiamato ipocondria. *Eccoci adunque nel primo un infermo, che ricerca dovunque al suo male riparo; eccoci adunque riconosciuto in Adamo il Medico primo della sua discendenza.*

ſa dagli oggetti nocivi con l' applicazione di quegli ſtrumenti, che caſualmente gli cadevan fra mano; quindi è credibile che i primi rimedj ſieno ſtati i ſoli dietetici, ſiccome i più pronti e comuni, i più ſoavi e innocenti, che l' arte medeſima abbia riconoſciuto e adoprato finora. Per la qual coſa è egli probabile, che i primi viventi opponeſſero, non altrimenti che gli animali, alle ſtanche membra il riposo, al nauſeante appetito l' aſtinenza dei cibi, al faſtidioſo tumulto il ſilenzio e il ritiro, alle moleſte vigilie le più oſcure capanne, l' ardente ſiccità delle viſcere, ed al calore eccedente del corpo le freſche ed umide grotte, le gelide fonti, le piante acetoſe, i frutti ſuccoſi, dei quali eran proviſte le ridenti campagne della Meſopotamia felice.

Dalle quali notizie facilmente ſi arriva a conoſcere, che lo iſtinto animale, lo evento fortuito delle comunali eſperienze, e la ragione, quella natural medicina formarono, che fu ſufficiente ai primi coloni, la ſemplice vita dei quali e l' innocente coſtume con le ſeguaci ſue fatiche, tranquillità, e parſimonia, ſomminiſtrarono a quelle genti raminghe una aſſai ſcarſa ſorgente di malattie, e per conſeguenza o fu inutile loro queſt' ar-

te,

te, o fu a ristretti confini, ed a scarsa coltura ridotta.

Di là a qualche tempo quest' aurea età si perdette, successero quindi le feroci passioni, l'intemperanza ed il lusso, la vita ineguale, l'ozio eccedente, le troppe fatiche, la facile condiscendenza agli artifiziosi appetiti, le mense erudite dei ricchi, la fame o l'incongruo alimento del popolo, le smoderate passioni, e tutt' in somma gli eccessi ai quali l' incauta umanità si diè in preda, accrebbero col giro dei secoli la gran turba dei mali fra noi. Per la qual cosa di nuove notizie avendo bisogno, l'umana industria inventò di scolpire sulle famose colonne le cure più insigni, e'l resultato dei più efficaci rimedj, appese eziandio le tavolette votive nei tempj, espose gl' infermi sulle pubbliche vie, perchè si prevalessero dei salutari consigli del popolo, il quale ricordevole ancora dell'antico diritto conserva tuttora fra noi la fatale arroganza di somministrar scioccamente alcuni rimedj, di giudicar dagli eventi, e di condannare sovente le studiose fatiche dei dotti, e le più occulte ragioni dell' arte medesima.

Questa Medicina quantunque nella sua prima barbarie empirica fosse e seguace di popolar tradizione, e senza principj di

 cer-

certa evidenza, non ostante però seguendo i dettami, e le voci sicure della volgare esperienza, fu di sommo profitto a quei primi e robusti coloni delle incolte foreste.

Tale era adunque lo stato della natural Medicina nelle beate contrade di Oriente, la quale non si mantenne gran tempo durevole; avvegnachè dalla varia fortuna, e dallo istabile genio degli uomini, a cui per ordinaria necessità la stessa Medicina soggiacque, passò dall' Oriente in Egitto, laddove arrivata accrebbe i suoi lumi, e i primi semi gettò di un mal abbozzato sistema.

Stabilirono adunque quegli ingegnosissimi popoli primieramente, sotto rigorosissime pene, che ai soli Sacerdoti fosse permesso lo esercizio di un'arte, che senza alcun dubbio è una delle più importanti e difficili, che l'umano ingegno abbia saputo inventare. Nè diasi a credere alcuno, che consistesse la lor Medicina nelle molte o ampullose Composizioni, e miscelle di varj rimedj, avvegnachè riducevasi a pochi aforismi o precetti tratti dai libri sacri di Ermete, i quali singolarmente insegnavano il modo di godere gli effetti sicuri della astinenza, dello esercizio, delle fregagioni, delle unzioni,

 dei

dei bagni delle semplici piante, dell' acqua marina (10), degli innocenti clisteri, dei vomitivi i più blandi, dell' opio, e delle medicine comuni, che senza umano artifizio l' indeficiente natura la mensa di ciascheduno santamente imbandisce.

Dalla invincibile forza del tempo che tutte le cose distrugge, secondo la testimonianza di Erodoto, passò quest' arte dalle mani misteriose dei Sacerdoti Egiziani a quelle del popolo, il quale, mi si permetta di dire, a brani a brani stracciò questa utilissima scienza, addossandosi alcuni la cura del capo, altri del ventre, ed altri delle singole parti del corpo ammalato, senza riconoscer la fabbrica, o'l meccanismo, senza intenderne l' uso; e per conseguenza lavorando impunemente e a tentoni sulla preziosa vita degli uomini. Perduta, avvilita in tal guisa e quasi distrutta la Medicina di Egitto, passò ben presto a godere nelle Greche pro-

 vin-

(10) *Riferisce Laerzio nella vita di Platone, che Euripide il Greco Poeta, essendo ammalato, ricorse ai Sacerdoti di Egitto, i quali sanaronlo con le bagnature di acqua marina, alla qual guarigione dee attribuirsi quel verso dello stesso Poeta;*

Θαλασσα κλυζει παντα τ' ανθρώπων κακα,

Tutt' i mali del uomo il mar risana.

vincie una sorte migliore. Imperciochè i primi Sapienti di quella ingegnosa nazione, che della Medica Scienza non eran digiuni, (11) sin da rimotissimi tempi avean

---

(11) *Non ho voluto a bello studio accennare le favolose invenzioni della Medicina iniziante fra i Greci, nè la poetica storia dei secoli eroici di quella nazione, la qual ebbe per insito naturale costume di nascondere altrui con singolare artifizio la verità delle cose. Quindi non feci parola del primo loro Esculapio risorgitore dei morti, non di Chirone suo Maestro, nè di Podalirio o di Macaone suoi figli, non di Melampo, nè della regale prosapia degli Asclepiadi. Ma ho creduto più tosto di dover riconoscere l' origine di questa utilissima scienza dai fatti più certi dedotti dalle contemporanee memorie, e dalle tradizioni sicure dei più gravi Scrittori di allora. Egli è adunque probabile, che lo ingrandimento della Greca natural Medicina sia stato un prodotto delle industriose fatiche degli antichi Filosofi, i quali erano in gran parte di Medicina intendenti. Imperciocchè per testimonio di Celso abbiamo, che dopo i figli di Esculapio nessun riguardevol soggetto esercitasse il mestiere del Medico, tranne i studiosi della Natura o i Filosofi. Essendo, dic' egli, lo studio indefesso delle lettere sommamente nocivo alla salute del corpo, necessariamente successe, che i Letterati abbisognarono di Medicine più di ogni altro vivente. Studiaronla adunque i Filosofi per proprio bisogno, e fe-*

vean trasferito col lodevol costume del viag-

---

e fecer la parte della universale sapienza. Quindi Filosofia e Medicina nacquer gemelle ad un parto medesimo, e riconobbero i stessi inventori. Molti perciò fra gli antichi Sapienti sono stati Medici ancora, siccome Pitagora, Empedocle, Democrito. In conferma della qual verità rapportan le Storie, che i primi introduttori della ragione in Medicina, e singolarmente della Fisiologica scienza, furono Talete Milesio per testimonianza di Pausania e di Laerzio, riferiscon le stesse, che Ferecide Sirio fu Medico, a cui attribuisce Galeno un trattato di Dieta, che rimase confuso cogli Ippocratici libri; per medico pure fu riconosciuto Epimenide, allorchè partissi di Creta per distrugger la peste di Atene, intendentissimo ancora sovra d'ogni altro di questa medesima scienza fu certamente Pitagora, nativo di Samo, inventore di quel semplice vitto, che la tranquillità della mente, e la sanità delle membra promette; dicesi pure lo stesso di Toxaride Scita, di Talmosi, di Empedocle, di Eraclito, di Democrito, di Diagora, e di altri moltissimi, che nei secoli più rimoti fra quella nazione hanno fiorito. Oltre ai quali antichi Sapienti altri pure moderni moltissimi annoverare potrebbesi, che Medici furono e Filosofi, fra questi singolarmente Platone e Aristotele, il primo dei quali, oltre ai molti teoremi di Medicina che sparsi ritrovansi nell' opere sue, e singolarmente nei dialoghi della Repubblica, fu inventore eziandio di alcuni composti rimedj onorevolmente

viaggj eruditi (12) dalle più lontane regioni le Merci preziose delle straniere Dot-

---

mente citati dallo stesso Galeno. Lo Stagirita filosofo, quel discepolo ingrato del divino Platone, fu figlio del Medico Nicomaco, e discendente dalla illustre famiglia degli Asclepiadi, che Medici erano di professione. Fu egli, come Medico, onorato della amicizia di Aminta Re dei Macedoni, al riferir di Laerzio, il quale innoltre assicura, che esercitò la professione dello Speziale, che dai soli Medici esercitavasi allora, al riferir di Coringio; oltre di che le Mediche sparse Dottrine nei libri, che riguardan la storia degli animali, fanno di una tal asserzione testimonio abbastanza.

(12) *Dai soli viaggj intrapresi con eroico coraggio dai Greci sapienti nelle più rimote provincie riconoscer dobbiamo i semi fecondi delle verità più importanti fra i loro Cittadini. Per pruova di ciò addurre potrebbesi il testimonio autorevole di Laerzio, e di Jamblico, e di Plutarco, i quali asseriscono, che Talete Milesio apprese le migliori sue cognizioni dai Cretensi, dai Fenizj, e dai Sacerdoti di Menfi, coi quali familiarmente trattò. Dal medesimo fonte scaturirono ancora le singolari Dottrine del celebre fondatore dell' Italica Scuola Pitagora, il quale per antica tradizione di Alessandro Polistore, di Laerzio, di Porfirio, di Apulejo, d.i Cicerone, di Valerio Massimo, fu scolare di Nasarate di Assiria, dei Sacerdoti di Egitto, dei Maghi della Persia, e dell' Indie, dei Galli, dei Bracmani, e persino*

Dottrine. Introdussero quindi nelle proprie contrade le arti più necessarie, le invenzioni più utili, le leggi più comode il culto più misterioso, e finalmente l' importantissima Scienza del medicare.

Egli è adunque probabile, che prima de' lumi introdotti dagli accennati Sapienti, la Medicina dei Greci empirica fosse e naturale, e che lo esercizio di essa fosse ristretto con successivo ereditario diritto nella sola famiglia degli Asclepiadi, così chiamata perchè discendente dal divino Esculapio. Col progresso del tempo sparsi quà e là i semi fecondi delle

---

sino degli Arabi, col Monarca dei quali onorevolmente convisse. L' Adderitano Democrito viaggiò sino nell' Indie, per detto di Eliano; e lo stesso fecero ancora Pirrone l' antesignano dei Settici, e Apollonio Tianeo, i quali furono discepoli dei più dotti Maghi dell' Indie. Trasportossi pure in Egitto Eudosso di Gnido gran Filosofo e Medico, in compagnia di Crisoppo ec. Queste erano adunque le merci preziose che dalle rimote nazioni nelle patrie lor trasportavano quei valenti Filosofi, quegli amatori della pubblica felicità delle genti; ma o quanto mai strane e quanto diverse da quelle sono le merci vilissime, che i viaggiatori moderni portan sovente dalle più lontane provincie fra noi!

ſtraniere Dottrine nelle fortunate contrade del Peloponneſo, glorioſamente comparvero le pubbliche ſcuole, e più univerſale e comune ſi reſe lo ſtudio di queſta utiliſſima ſcienza. Fra le ſcuole più illuſtri dell' Attico impero, la prima e la più antica di tutte fu quella di Rodi, che, al riferir di Galeno, ſi eſtinſe prima d' ogni altra, e di cui non rimaſe alcuna ſcritta memoria delle proprie opinioni, forſe perchè eſſendo ſtata la prima e per conſeguenza la più rozza e mancante di nuove e ſingolari ſcoperte, venne queſta eccliſſata dai recenti ſiſtemi delle ſuſſeguenti due ſette di Gnido e di Coo. Di quella di Gnido abbiamo noi pure una qualche rara e ſparſa notizia nelle Ippocratiche carte, nelle quali appariſce, eſſere ſtata eſattiſſima nel regiſtrare le Storie dei mali, e nel ſervirſi delle Medicine più ſemplici e pronte, ſiccome dell' Elaterio, del Latte, del Siero, e di altre pochiſſime coſe, onninamente eſcludendo ogni ſuperflua pompa o artifizio. Quella che ſi mantenne più in luſtro per la ſodezza delle Dottrine e per la moltiplice copia delle oſſervazioni, di cui ci rimaſero le celebri ſue predizioni che unite ſi leggono agli Ippocratici libri, fu finalmente la Scuola di Coo, a cui noi

ſiam

ſiam debitori di tutto ciò che di miglio-
re, e di più certo abbiamo avuto nell'
Arte noſtra ſinora. Imperciochè nella
Olimpiade ottanteſima dalla nobil fami-
glia degli Aſclepiadi un ſingolariſſimo uo-
mo, nativo di quell'Iſola, di cuore be-
nefico e di ſublimi talenti fornito, alla
luce del Mondo, felicemente comparve.
Ebbe queſti il magnanimo ardire di ſe-
parare queſt' arte, pur troppo incerta e
fallace, dalle poetiche immaginazioni dei
luſinghieri Sofiſti, che aveanla altamente
oſcurata, e di ridurla a tal grado di per-
fezione e di ſicurezza, che una parte di-
venne della fiſica ſperimental la più cer-
ta. Nè altra guida conduſſe queſto va-
loroſiſſimo uomo nelle più importanti ſco-
perte dell' arte ſua favorita, che lo ſtudio
indefeſſo delle immutabili leggi della Na-
tura, che la prudente ſequela delle ſue
voci imperioſe, che l'oſſervazione eſatta
e fedele dei più minuti accidenti che of-
fendon la vita, che la Storia verace del-
la efficacia di alcuni pochi rimedj i più
innocenti e comuni; nelle quali notizie
volle egli beniſſimo che ſi racchiudeſſe tut-
to lo ſtudio e'l valore di queſta utiliſſi-
ma Scienza. Per la qual coſa dai varj
precetti avuti in retaggio dai ſuoi Ante-
nati, e dalle ſcuole di Gnido e di Coo,
dal-

dalle raccolte tavolette votive dei Tempj, dalle osservazioni sue proprie, e de' numerosi Discepoli suoi, quella salutar Medicina compose, che di ajuto sicùro all' inferma natura del corpo in ogni tempo servisse, che sola si mantiene al presente fra noi, e che alle ingiurie del tempo, distruttor delle cose, argine fece mai sempre e contrasto. Non volle questo gran Maestro arrogarsi il comando di un corpo, se prima non ne conosceva le forze, non intendeva il costume, non distingueva i suoi mezzi. Quindi tutto si diede al semplice studio dell' uomo, e chiaramente conobbe, che le malattie altro non sono che una lotta della natura con ciò che alla salute del Corpo contrasta; e che l' arte del Medico solamente consiste nell' osservare le naturali tendenze del corpo ammalato, e nell' apprestargli l' opportuno soccorso nei tempi dovuti. Dalle quali Dottrine d' Ipocratica verità abbiamo imparato, che opera è di natura la produzione delle malattie, le quali sovvertono in infinite maniere le consuete funzioni della vita, dandosi queste a conoscere con la costante apparenza di sensibili effetti o accidenti, i quali eseguisconsi con invariabili leggi, siccome tutte le azioni della vita animale in ista-

to

to di ſanità. Obbediſce perciò alle medeſime leggi la febbre nei varj ſuoi gradi, allorchè porta confuſo coll' impura materia il bollente liquore per entro alle vene, non altrimenti che'l latticinoſo liquore del chilo raſſorbito dai villi lentamente ſi porta per le bianche radici del meſenterio nel ſeno del ſangue. Le quali coſe ben conoſciute danno a vedere al ſapiente Medico, che lo ſteſſo naturale principio providamente dirige i due contrariſſimi ſtati di ſanità e di malattia. Quindi vanno falliti certamente coloro, i quali ignorando i più reconditi arcani dell' arte pretendono, da falſa filoſofia perſuaſi, di togliere alla ſcienza dei mali quella evidente certezza, che il più delle volte indarno ricercaſi in molte altre Dottrine inventate dagli uomini. Ma non ſolo provide natura alle moltiplici offeſe del corpo vivente col ſuſcitare alcune ſtraordinarie mozioni nel meccaniſmo animale, ma volle eziandio che per mezzo di eſſe ſi ridonaſſe all' uomo quel preziosiſſimo dono di ſanità, e che più dolce e ſoave ſi rendeſſe la vita avvenire.

Quindi providamente diſpoſe le ſingole parti degli organi offeſi natura in maniera, che da ſe ſole baſtaſſero a toglier dal corpo le diſpoſizioni morboſe, e gli oſta-

ostacoli tutti vincessero che alla sanità della vita opponevansi. Eccoci adunque Natura diventata medicatrice sovrana dei mali, eccola adunque apportatrice feconda e sicura di vita lieta e di sanità. Ma perchè da se sola tutte le volte sufficiente non era a ristabilire la perduta armonia delle funzioni corporee, quindi ebbe bisogno dell' ausiliario soccorso di alcuni strumenti dal di fuori introdotti nel corpo vivente, i quali alterassero colle lor particelle il movimento, e la miscella dei liquidi, e la costituzione delle solide parti per modo che la sanità succedesse. Oltre alle quali notizie riconobbe la Medicina Ippocratica i veri confini della natura, e dell' arte, e per conseguenza diresse i proprj strumenti a seconda delle naturali tendenze, e dei rispettivi bisogni del corpo. Ed in fatti era molto importante, che riconoscesse l' artefice l' intiera somma delle naturali potenze per ristabilire la sanità, e che distinguesse i veri dai falsi Conati della natura per soccorrere gli uni, e per regolare, e sopprimere gli altri. Importava moltissimo, che sapesse l' artefice secondar destramente, col semplice governo dietetico, le naturali tendenze, e riordinare allo incontro i movimenti viziosi, e nocivi, coi

più

più validi, e pronti soccorsi dell' arte per raddrizzare in tal guisa a prò dello infermo le intrinseche forze del meccanismo animale. Oltre di che esaminando la malattia più comune, e la indivisibil compagnia dei mali di corta durata, e di esito incerto, vale a dire la febbre, evidentemente conobbe, che 'l moto accresciuto dei canali, e del cuore, che l' interno succedaneo tumulto dei liquori animali, altro non era che un particolare strumento di naturale potenza diretto ad immutare in un stabilito spazio di tempo la rea qualità degli umori, e di condurli alla fine per un qualche emuntorio al di fuori del corpo. Quindi ebbe origine l' importante dottrina della crudità degli umori, della cozion, della crisi, dei critici giorni, che tanti lumi arrecò a questa utilissima scienza. Ma perchè tutte le azioni suddette si danno a conoscere per mezzo di alcuni sensibili effetti, o accidenti, la scienza dei quali conduce alla cognizion degli eventi e suggerisce i ripari opportuni, dei quali abbisogna la conservazion della vita, quindi l' autore di una tal medicina i più minuti fenomeni dell' inferma natura del corpo diligentemente raccolse, e la scienza dei segni ad un grado sublime di singolare evidenza

con-

conduſſe. Dalle quali dottrine ebbe origine quella razionale teoria, la quale traendo dalla ſteſſa natura i principali ſuoi fondamenti ſerviſſe di un metodo ſemplice di medicare, il quale per la ſodezza delle ſue regole, e per la felicità de' ſucceſſi, venne mai ſempre antepoſto à tutti gli altri moltiſſimi che dall'umana prudenza ſono ſtati adoprati ſinora. E per vero dire i canoni molti eſiſtenti nell' opere di sì gran precettore ſomminiſtrano le più importanti cautele al fedele miniſtro della natura; onde uſciſſe d'impaccio nei caſi più dubbj, e difficili che s' incontran ſovente nello eſercizio del medicare. Eſſendo adunque la Medicina Ippocratica un reſultato di cognizioni dedotte dal ſicuro teſtimonio dei ſenſi, ed avendo per baſe le verità più evidenti tratte dal codice iſteſſo della natura, ſarà eſſa preferibile certiſſimamente à qualunque altro ſiſtema, che ſulle arbitrarie opinioni, e ſulle congetture fallaci ſia ſtato mai ſtabilito finora. Quindi non è da ſtupirſi, ſe ſi mantenne durevole in ogni tempo un tal metodo di medicare appreſſo i pochi ſapienti di tutte l'età, i quali intendendo le voci dell' indeficiente natura, adoperarono tutti un metodo iſteſſo di cura, che ſemplice foſſe, uniforme,

e ſi

è ſicuro. Per la qual coſa meraviglia non è, ſe Ippocrate medicava gl' infermi della Grecia e dell' Aſia nella ſteſſa maniera, e con lo ſteſſo ſucceſſo, che Galeno, Baglivi, Redi, e Santorio, quegli d' Italia trattavano, Sidenamio, Uxam e Pringle quei d' Inghilterra, quei di Francia Ballonio; quei dell' Olanda Boeraavio, i Germani VVanſvvieten, ed Haen, i Svizzeri finalmente Tiſſot. Nè altro voleaſi che un cuore magnanimo, che le doti più rare di un genio ſingolarmente benefico mirabilmente accoppiate in queſto ſingolariſſimo uomo, perchè pubblicaſſe agli ſtranieri i geloſi miſterj di un' arte, che riſerbata teneva ſi da immemorabile tempo alla ſola famiglia degli Aſclepiadi: Nè altro voleaſi, perchè ciò ſuccedeſſe, che un inſigne filoſofo, il quale ſapeſſe, che ogni uomo è cittadino del mondo, che i diſcendenti del primo parente, quantunque diſperſi nei punti infiniti della terra abitata, non formano tutti che una ſola naturale famiglia, e che da padri ſapienti dei ſtupidi figli, il più delle volte, Natura produce; volendo in tal guiſa darci ad intendere, che ſta in ſua mano l' architettare i Sapienti, e l' abbozzare gli ſtolti. Ed in fatti aſſai più di Macaone e di Teſſalo figli d' Ippo-

crate, e degli altri suoi discendenti si rese famoso Diocle Cariste, il quale fu venerato qual secondo Ippocrate dagli Ateniesi per la sua singolare perizia nel medicare. Noi non abbiamo di questo gran Medico che i semplici titoli di alcuni suoi libri onorevolmente citati da Nicandro, da Galeno, e Ateneo, nè altro ci resta che alcune sparse opinioni riferite da Celio, e Macrobio, ed un singolare frammento sulla affezion melanconica, che tutto intiero trascrisse Galeno nel libro delle singolari affezioni, dal qual passo si può giudicar senza dubbio, quanto fosse valente nello esercizio del proprio mestiere, e nell' arte dello scrivere ancora, e per conseguenza apparisce quanto fosse avanzata sin da que' tempi la maschia medicina dei Greci. Lo stesso Diocle fu il primo di tutti i Greci che insegnasse l'arte anatomica agli stranieri non discendenti dallo antico Esculapio, e che rendesse comuni i fondamenti più certi di questa nobilissima scienza fra i suoi. Il magnanimo esempio di Diocle Prassagora pure seguì; di quel Prassagora io parlo che fu Maestro di Erofilo, che fu autor parimenti, al dir di Galeno, di varie opere di Medicina. Questo degno seguace della scuola dommatica, o sia razionale, scostossi.

ſtoſſi moltiſſimo dalla teoria ſemplice e naturale d'Ippocrate, facendoſi autore di una fiſiologia particolare, attribuendo degli uſi arbitrarj, e incoerenti alle varie parti del corpo, ſuddividendo altresì la moltiplice ſerie dei liquidi a ſeconda del proprio capriccio. Oltre di che ſcoſtoſſi ancora nella pratica del medicare, per quanto poſſiamo dedurre da alcuni ſaggj rimaſti in Celio Aureliano, dai quali evidentemente appariſce, eſſere ſtato moltiſſimo amico dei vomitivi, dei rimedj troppo violenti, e delle Chirurgiche operazioni di azzardo.

Ma perchè neſſuna delle umane coſe mantienſi perfetta e coſtante fra noi, quindi in breviſſimo tempo mancò la vera medicina d'Ippocrate, ed un orrido vano rimaſe di moltiſſimi ſecoli, in cui ora il diſpregio, ora l'abuſo dell' umana ragione, ora l'artifizial cecità della mente, ora i farnetici ſogni delle teſte più inferme, in luogo delle naturali Dottrine e della Scienza dei fatti, nell' arte più importante dell'uomo ſolennemente trionfarono. Imperciocchè al diſpregio delle ſemplici vie della natura, alla inoſſervanza delle ſue leggi ſucceſſero le inſaziabili voglie di conoſcer le coſe al di là dei confini della propria ragione; la vana ambizio-

bizione di oſcurare la gloria degli antichi Sapienti, il ſingolar deſiderio di ſtabilir nuove Sette traſcurar fecero onninamente la Medicina di allora, e fattala preda dell'umano capriccio, fu lacerata dalla moltiplicità pei ſiſtemi; quindi le garrule e le diſcordanti Sette apparirono che l' une all'altre ſi oppoſero; e intanto alla verità ſolitaria e raminga rifuggiarſi convenne appreſſo un qualche ſuo oſcuro quantunque dotto ſeguace. In pruova di ciò ſi apran le Storie, e vedraſſi che Prodico di Selimbre, uno dei primi e più celebri ſcolari d' Ippocrate, oſcurò la ſua fama perdendoſi dietro allo ſtudio delle vane queſtioni verbali: che Dioſſippo e Apollonio s' allontanarono dalle traccie del Maeſtro malamente *dietando* gli infermi, o loro niegando le opportune bevande. Un gran crollo però l'arte ſalutare ſofferſe dal metodo pernicioſo di medicare univerſalmente introdotto da Eraſiſtrato, il quale ſeguendo le traccie poco ſicure di Criſippo ſuo Maeſtro, ebbe ardimento di eſcludere onninamente i due principali rimedj, ſu i quali ſingolarmente la pratica del medicare s'appoggia. Eſcluſe egli primieramente quella facile e pronta maniera di eſtraere con artifiziale ferita il rubicondo liquor delle vene, o ſia dei ca-

nali

nali più esterni e non pulsanti del corpo, e per conseguenza privò l'arte sua del più efficace rimedio, con cui riordinata venisse l'inegual partizione del sangue, diminuita la copia eccedente, raffrenato l'orgasmo, ed impedito lo stagnamento e l' ingorgo, da cui singolarmente dipende l' ultimo e 'l sommo dei fisici mali, vale a dire la morte. D'altra parte non so se condotto dalla forza autorevole dell'esempio, o dalla vanità dei ricercati sofismi, l'uso delle medicine purganti interdisse. Ma di che non si abusa l' umana ragione? Il testimonio dei sensi, e la fisica cognizion delle cose, sono diventate sovente un mezzo autorevole per sostenere i proprj delirj. Imperciocchè l'uso nuovamente introdotto di notomizzare gli umani cadaveri, l'osservazione dei minuti canali componenti i visceri interni, infarciti sovente dall'eccedente afflusso del sangue, la frequente ispezione di quel lungo e tortuoso canale degl'alimenti, che primo di tutti nell'apertura de'corpi s'incontra, il quale è ben spesso sudicio e pieno di corrotte materie, anzichè dimostrare ad Erasistrato la necessità degli accennati soccorsi, serviron piuttosto a stabilire nell' animo suo l' erronea e contumace avversione a questi rimedj d' eroica poten-

za, sostituendo in sue veci l'astinenza, l'esercizio, l'immersione nei bagni, e simili cose, le quali o per la debole loro efficacia, o per la tardità dell'effetto, sono di gran lunga inferiori agli accennati strumenti, e per conseguenza insufficienti a produrre quel pronto e necessario sovvenimento che ai bisogni della natura del corpo soddisfi.

Fioriva nel medesimo tempo la Scuola d' Erofilo intendentissimo della Botanica scienza, ed inventore di una nuova e ipotetica Dottrina dei polsi. Questo celebre Medico sostenne non solo le recenti opinioni di Prassagora suo Precettore, ma tentò altresì d' abolire ogni conjettura, o argomento della scienza dei mali, e limitò la razionale potenza a quei pochi e singolarissimi casi, i quali dipendono dalla viziata struttura degli organi interni. Non fu adunque bastevole, che a danno di questa utilissima scienza insorgesse Erasistrato col rovesciare le più salde colonne della pratica medicina che dimezzato venisse l' impero della ragione da Erofilo; che i Platonici sogni, e 'l Peripatetico gergo delle qualità non intese, sostituti venissero allo studio della natura, ed applicati alla scienza dei mali; ma volevasi ancora, che alla discordia delle

opi-

opinioni succedesse in appresso la fatal divisione dei Medici in tre classi diverse. (13) Imperciocchè ribellatisi i servi contro

---

(13) *Al tempo di questi due Medici la triplice divisione dell'arte successe. Per lo innanzi ad un solo soggetto apparteneva lo studio della natura, la singolar cognizione dell'uomo sano ed infermo. l'applicazion della mano nei mali esterni e apparenti, e l'artifizio di preparar i rimedj opportuni. Riuscendo però malagevole e incomodo ad alcuni dei primi Medici affollati da moltissimi infermi il poter soddisfare a tutte le parti d'una sì vasta provincia, e sdegnando abbassarsi agli uffizj più vili, furon costretti di doversi servire dell'opera altrui, trasmettendo alcune delle più facili e materiali fatture ad alcuni domestici, e le più laboriose ed abbiette ai servi loro a tal bisogno tenuti. Col progresso del tempo alcuni dei più ingrati domestici persuasi e contenti di possèder per lo meno la più facile parte della Medica scienza, e insuperbitisi i servi, nel preparare i rimedj, nel sminuzzare i corpi più duri, nello stacciare le polveri, nell'immascherare in mille foggie i naturali prodotti, abbandonarono a un tratto i loro Maestri e padroni, e la fatal partizione dei Medici in tre rami diversi introdussero. I veri Medici, i Fisici, o i fedeli seguaci della natura, che i mali interni ed occulti colla lor providenza curavano, furono chiamati* Dietetici, *per testimonio di Celso. I secondi che dei* Dietetici *erano o domestici o servi, chiamaronsi* Medici vulnerarii *da Plinio, e da altri* Aliptæ, *e servivan da prima ad ungere ed a fregare coloro che*

 usci-

tro i padroni, e fattasi contro al ministero la plebe, vidersi tosto andar confusi e indistinti, ed occupare l' onorevole seggio dovuto ai soli sapienti, ai veri ministri della natura, i figli della ignoranza e gli umili adoratori della impostura, e della menzogna. In questa mal digesta miscella d'opinioni e di sette, di padroni e di servi, di architetti e operaj, quali mai non doveansi aspettare nuovi malori e

---

uscivan dai bagni, a mondargli dai peli e dalle sozzure, ed a simili uffizj ec. Avendo però acquistato costoro una qualche destrezza in questa parte lontana dall' arte, incominciarono a scuotere il giogo, ed a sottrarsi dai Medici. Cangiarono il loro nome d' Aliptæ *in quello di* Jatroaliptæ, *e indi a non molto si fregiarono col nome di Medici. Una truppa di schiavi agli* Aliptæ *associossi, occuparono in breve tempo le case dei Grandi, e impunemente esercitarono un' arte che non era loro permessa, siccome abbiamo dallo esattissimo* Schulzio. *Il terzo ramo di medici fu quello dei venditori di droghe, dei facitori dei composti rimedj, detti anche* Pharmaceutæ *dal preparare i rimedj, ovvero* Circulatores *dal vendere in pubblico, e dal radunare il popolo nelle piazze, o finalmente* Medici Sellularii *dallo stare gravemente sedenti con lunghissima veste nelle loro botteghe fra gli alberelli dipinti e le odorifere gomme. Questa è l'origine delle tre professioni, siccome puossi vedere in* James, le Clerc, Sculzio, Celso, Goelichio *ed altri Scrittori.*

ri e rovinæ? Prevedevasi già l'umana ragione sconfitta cedere il proprio dominio alle feroci incursioni della vincitrice ignoranza. Ed in fatti nel secolo terzo del Cristianesimo un' altra solenne rivoluzione successe, che pose a soqquadro quest'arte pur troppo incostante, ed a frequenti cangiamenti soggetta. Imperciocchè Serapione di Alessandria solennemente sbandì qualunque ragionamento dalla medicina siccome insufficiente e nocivo, e publicamente insegnò, che alla sola esperienza, unica maestra delle fisiche cose, appigliarsi dovesse il ministro di un' arte così necessaria, lasciando da parte l'inutile esame delle occulte cagioni, e l'applicazion ragionevole di alcuni strumenti che valevoli fossero a debellarle. Essendo l'uomo però naturalmente portato alla indolenza ed a sfuggire qualunque fatica, non è meraviglia se la maggior parte abbracciò questa felice e nuova Dottrina, i di cui seguaci chiamaronsi col semplice nome d'*Empirici*, che suona in nostra favella lo stesso che seguaci della esperienza. Contemporaneo a questo celebre Medico fuvvi un certo Filino di Coo, scolare di Erofilo, e Caposetta dello Empirismo nella sua patria. Incontraronsi adunque questi due Medici a pubblicare

 nel

nel medesimo tempo le stesse dottrine; l'uno in un' Isola greca, e l'altro nella regale Città di Alessandria, non altrimenti che nel secolo scorso il Drebelio in Olanda nella invenzion del Termometro col nostro Santorio in Italia incontrossi. Prevalendo però in tutti i tempi l' universal pregiudizio di stimare le cose in ragione della lor vetustà, quindi i seguaci dell' empirica setta vantaron per capo della lor medicina Acrone di Agrigento per superare in tal guisa nell'estimazione del popolo e nell' antichità dell' origine la scuola Dommatica che la più antica di tutte stimavasi. Ricorrevan gli Empirici a tre sorta d' esperienze: *Casuale* era la prima o fortuita; *artifiziale* la seconda, la qual consisteva nello artifizio di assoggettare le cose al testimonio sicuro dei sensi; la terza spezie, che *imitatoria* chiamasi, riduceasi alla arbitraria sostituzione di alcuni rimedj nella cura dei mali, che analoghi fossero nelle esterne apparenze ai più certi ed usitati dell'arte. Pretendevano ancora che la intelligenza delle evidenti cagioni fosse bastevole a formare l'artefice senza l' esame delle più occulte ed interne, e che la esperienza non ammettesse l'ausiliario soccorso della ragione, che la natura del corpo incomprensibile fosse,

e per

e per conseguenza che le deduzioni e gli argomenti tratti dalla natura corporea fossero tutti vani ed inutili, e rendessero l'arte fallace mal sicura e discorde. Per la qual cosa sostenevano così, che non dovevasi credere ad Ippocrate più che ad Erofilo, nè ad Erofilo più che ad Asclepiade, essendo egualmente plausibili le loro ragioni, quantunque appariscano onninamente discordi.

A che giova però il confutare gli errori di queste menti volgari, che con singolare impudenza rinunziando il diritto inalienabile della ragione nel giudicar delle cose, ebbero l'audacia di sostenere in faccia degli uomini, che la luce che illumina, abbia a posporsi alle tenebre, e che la voce Divina della ragione sulla terra abbia sparso la caliginosa ignoranza e l'errore (14). Ma tempo è di lasciare la medicina cadente dei Greci avviliti e depressi dall' armi vincitrici di Roma; e di trasferirla a godere una sorte migliore unita alle bell'arti e alle scienze sublimi nella regale Città dell' Impero e del Mondo, laddove a gra-

(14) „ *Mais dans lex profondeurs de certe obscurité*
„ *Si la raison nous luit, qu' avons nous à nous plaindre?*
„ *Nous n' avons qu' un flambeau, gardousnous de l' esteindre.*
(Voltaire de la Religion naturelle)

gradi più luminosi innalzata s'è veduta godere il favore dei Grandi, e i dolci frutti della opulenza dell' Impero Latino. (*)

Fine del Primo Discorso.

(*) Che sia affatto diverso il meditare dall'eseguire le imprese, pur troppo al presente m'accorgo. Io m'ero prefisso di porre a fronte di questa mia traduzione un breve ma succoso preliminare discorso, il quale servisse a persuadere i Sapienti del Secolo e le persone di lettere, che si dà Medicina, e per conseguenza che non anno a sdegnare la lettura di un'opera a loro favor conceputa da un illustre Filosofo, da un vero amico degli uomini. Per la qual cosa ebbi in pensiero di far vedere lo stato vero della Medicina presente in confronto di quella dei passati tempi, riandando la Storia di questa utilissima scienza dalla infanzia del Mondo sino al presente, accompagnando le variazioni e i sistemi con alcune critiche riflessioni, le quali dessero il giusto peso a quanto di buono o di cattivo nelle vicende dei tempi avesse incontrato l'arte suddetta. Voleva eziandío far loro vedere il sommo vantaggio e la particolare influenza che ha la Medicina Dietetic[illegible]lla conservazion della vita, e che non dee trascurarsi questo importantissimo studio singolarmente da quei che son nati al governo ed alla istruzione degli uomini. Ma crescendo fra mano il discorso suddetto, per la folla delle successive idee presentatemi, m'accorsi che non più conveniagli, per l'eccedente sua mole, d'andare in fronte al picciolo volume tradotto. Quindo ho io giudicato di dividere il suddetto mio saggio in varj discorsi, il primo dei quali servirà di prefazione alla presente Operetta, riserbandomi a pubblicare gli altri susseguenti a norma del giudizio che ne verrà fatto dalle stesse persone di Lettere alle quali questo discorso vien da me dedicato.

PRE-

PREFAZIONE

dell' Autore.

TAnto era lontano dal voler' io publicare questa mia Dissertazione in Idioma Francese, che anzi aveva sconsigliato li Signori Didot, e Gresset di stampare le traduzioni, che a loro vennero proposte; tranne i difetti dell' Opera stessa, che io mi studiava di correggere in una nuova edizione latina, era eziandio mia intenzione di lasciarla nella stessa Lingua, come quella ch' è a portata di tutti coloro, pe' quali venne scritto il presente Libro. Cangiai di pensiere, e volli ristamparla sotto ai miei occhi, a ciò fare massimamente indotto da una detestabile Traduzione, che venne fatta in Parigi (a). Io m'arrossiva, che

(a) Avis aux Gens des Lettres, & aux personnes sedentaires sur leur santè. *Opera tradotta dal Latino dal Sig. Tissot Medico in Parigi presso Herissant Fils. Non solo questa opera è stata moltissimo in questa traduzione mutilata, ma sfigurata per modo eziandio turpemente, che io stesso non ho potuto in varj luoghi intenderla. Il Tra-*

che il Pubblico mi giudicasse Autore di Libro tanto malvagio, tanto più che taluno falsamente asserì nel preliminare discorso di questo sfigurato Libercolo: che lo stesso Sig. Tissot volle prima esaminare questa Traduzione, che le aggiunte Annotazioni approvò, e che si è il Traduttore approfittato delle di lui obbliganti osservazioni (b). *Io intanto ne assicuro il Pubblico,*

Traduttore quasi dappertutto mostra di non avere inteso il vero senso dell' originale, il quale avea ben quanti bastavano errori di ordine, di omissione, di esattezza, e d' impressione, senza ch' egli aggiugnesse infiniti errori ancora più madornali, e ridicoli contro il senso comune, e contro i primi elementi della Medicina.

(*b*) *Volesse Dio, che tutti i Traduttori quello facessero, che questo asserisce di aver fatto, e prendessero consiglio dagli Autori, siccome veramente hanno fatto tutti i Traduttori dell'* Avis au Peuple. *L' Autore non meno che il Pubblico vi troverebbe il suo conto. Qual vergognosa indegnità non si è quella di asseverare di aver fatto ciò, che non s' è fatto per verun modo? Con sommo mio dispiacere ho veduta quest' opera mia stessa ristampata in Olanda presso M. M. Rey nel Libro, che ha per titolo* Extraits des meilleurs Journaux d'Europe, *che da lui viene unito al* Journal des Savans, *Gennajo 1768. Io prego tutti i Sig. Giornalisti, perchè voglian pubblicare questa mia sonora protesta.*

co, e che nulla giammai seppi di tale Traduzione, e che la vidi soltanto registrata in un Catalogo. Sin da principio io mi era proposto di correggere quest' Opera sopra l' Originale, e di farne una fedel traduzione, ma ciò mi fu impossibile di eseguire, convenendomi immutarla tutta da capo a fondo, con la qual occasione vi ho inserite tutte quelle correzioni eziandio, ed aggiunte, che io aveva divisate per la nuova edizione Latina. Per la qual cosa si può considerar quest' Opera quasi per nuova; ma che pur troppo s' accorgerà il Lettore facilmente, con quanta fretta venne composta in mezzo alle continue mie distrazioni. L' indulgente Lettore iscuserà eziandio tutte le innavvertenze, ed i difetti dello stile, quando sappia esser io stato necessitato di spedire allo Stampatore i fogli del mio Manoscritto a meno che li terminava.

Quantunque molte opere siano state scritte sulla Salute dei Letterati, tuttavia non arrossisco asserire, esser questa mia nel suo genere affatto nuova, e che tale mi lusingo non sarà almeno in parte nell' avvenire per coloro, i quali saggj estimatori di quest' Opera la leggeranno con attenzione. Egli è ben vero che il Ramazzini, ed il Platenero sono, per così dire, quei soli che queste materie hanno trattato, e che in alcuni dei

loro

loro articoli le ebbero per iſcopo principale; ma il Ramazzini non preſe tutti que' punti di viſta, che convenevoli erano, e troppo alla sfuggita trattò queſta materia il Platenero, il quale l' avrebbe certamente eſaurita, quando vi ſi foſſe daddovero applicato; tuttavia queſti è il miglior Autore, che fino a queſto dì l' abbia meglio diviſata. L' Opera voluminoſa del Sig. Pujati celebre Profeſſore di Padova, Autore di Opere per altro eccellenti, la quale pubblicò ſopra queſto intereſſante tema, altro non è, per dire il vero, che una mera compilazione di Dietetica generale, ſenza alcuna di quelle viſte analoghe allo ſtato dei Letterati, e di nuove oſſervazioni onninamente digiuna (c).

Per quanto io ho potuto ho preſo di mira tutte quelle particolari circoſtanze, relative alla Salute dei Letterati, e che diſtinguono lo ſtato di queſti da tutti gli altri ordini di perſone; e per quanto fummi poſſibile, procurai di tutti riſchiararne con evidenza gli effetti; per illazione di tutta l' opera vi ho aggiunto finalmente tutte le neceſſarie cautele a ſcanſo dei mali effetti indiviſi-

---

(c) Della preſervazione della Salute dei Letterati. Venezia 1762.

divisibili compagni di un genere di vita, che non potrà mai essere per qualunque arte resa salutare, quanto lo vorrebbero i nostri desiderj. Mi chiamerò dunque fortunato, se quest' ordine di personaggi illustri, che la medesima vita sagrificano per istruzione degli altri, rinvenire potrà in quest' opera qualche consiglio, a norma del quale dirigendo sestesso, in qualche parte almeno alleviera i proprj mali, i quali per istituto del suo mestiere va mai sempre incontrando. Anzicchè eglino istessi ponno moltissimo contribuire a perfezionare quest' Opera, allora quando comunicarmi volessero quanto sopra lo stato loro avessero di più importante raccolto.

La parte Dietetica non contiene alcuna cosa nuova; tutti li precetti, che io suggerisco in essa, inseriti si trovano in tutti quegli Autori, che della preservazioae della Salute hanno scritto: e siccome si può diventar celebre pubblicando nuove scoperte, così utile si può divenire col partecipare a persone, alle quali convengono, verità di già note, nè quelle in verun modo cancellano il merito di quest' altre.

Ho marcato tutte le citazioni appunto perchè mi parve utile il farlo, benchè oggidì siano sbandite da molti Libri Francesi. Ponno ciò fare quegli Autori soltanto,

che avendo la materia dell' Opere loro a fondo esaurita non lasciano a chi vien loro dietro più che dire su di tale soggetto. Le loro produzioni sono edifizj compiuti i quali non verranno mai ritoccati. Questo non è il caso mio, come non lo è per disavventura di tanti altri; quindi è, che necessarie mi parvero le citazioni per indicar appunto a coloro, che accingersi vorranno a una simile impresa, le fonti dove ricorrer potranno. Non ho ciò fatto in quell' altre mie opere, che il resultato sono delle mie osservazioni; ma quando ci si serve dell' altrui non è fuor di proposito il far loro morire coll' improntare qualche lettera alfabetica appiè di ciascheduna pagina, il qual modo non può far torto a chichessia.

Losanna li 8. Aprile 1768.

DEL-

DELLA SALUTE DEI LETTERATI E DEI CONVALESCENTI.

§. I.

L'Incarico, o miei Signori, che mi venne appoggiato di trattare in questa Accademia una Scienza, che sino a questo dì non ebbe Professore veruno, mi aveva a bella prima fatto entrare in pensiere di ragionarvi oggi giorno di quelle connessioni, e relazioni, ch' essa aver può con tutte quelle scienze, che da tanti secoli vengono con luminosa magnificenza trattate, e di farvi un esatto sviluppo di tutt' i vantaggj, che da quelle ne trae, e di quelli reciprocamente, che questa all' altre Scienze somministra. Quale per me soavissimo momento non sarebbe egli stato, se mettere dinanzi a' vostri occhi potessi quelle importanti materie, che dalla Religione istessa si procaccia? E qual sarebbe stata l' interna mia compiacenza nel vedere fiaccato l'orgoglio di quei vigliacchi impostori, i quali con impure labbra osano denigrare la Medica Scienza? Mi sarei ben'io ingegnato di provarvi, ch'essa pure spande chiarissimi lumi sopra la Religione naturale, come quella che immersa tutta nell'esame profondo della più perfetta creatura, dall' ammirabile meccanismo dell' Uomo, e dalla guarigione portentosa del medesimo infermo, con

assiomi infallibili l'esistenza dimostra dell' infinito sapere di un Ente increato. Se fossero gli uomini tutti in così densa caligine sepolti, che nemmeno sapessero la esistenza di Dio, i Medici istessi squarcierebbero loro dagli occhi quel denso velo, e con nozioni tratte dalla loro propria Scienza darebbero una qualche idea di questo Supremo Essere, di cui nessuno ha mai con tanta sublimità, ed acume, quanto (mi sia lecito il dirlo) i Medici appunto hanno parlato.

Quali, e quanti gli Autori mi si affollano innanzi, se quì tutti citarli io volessi? Il grand' Ippocrate capo di nostra setta a me si presenta, il primo di tutt' i Scrittori, che francamente sostenne, essere il caso un puro assurdo, e che tutti gli eventi, da noi detti fortuiti, regolati venivano dalla mano provvida del grande Iddio (a). Nè quì passerò sotto silenzio Galeno, che a giusta ragione d'Ippocrate accanto vien collocato, il quale argomento prendendo dal pollice dell' uomo, e le meraviglie sorprendenti dimostrando di quest' organo, l'esistenza Divina diffusamente prova; anzi la sua opera *Sopra l' uso delle parti del Corpo Umano* vol-

(a) *Se a gran torto venne calunniata la Religione d'Ippocrate, fu ella altresì stata difesa con maggior forza, e verità. Giovanni Stefano Medico Veniziano, pubblicò nel* 1638. *in Venezia un picciolo ma interessantissimo Opuscolo, intitolato* Hippocratis Coi Theologia, *nel quale prova che i dogmi di questo Medico e quelli di Platone, di Aristotele, e Galeno, avevano relazione con la Cristiana Religione; ed il Sig. Drelincurzio diede alla luce nel* 1688. *un' arringa Greca, che venne poi tradotta in Lingua Francese, la quale versa sopra lo stesso soggetto. Il Sig. Grundling Professore in Alla publicò in Tedesco, verso al cominciamento di questo Secolo,*

volle che servisse di un monumento alla gloria della Divinitade innalzato (*b*). Nè ometterò Policresto, la di cui religiosa pietà, e costume, gli fece meritare il glorioso nome di amicissimo di

A 2 Dio

---

lo; sotto il titolo di Loisirs, *una Raccolta di Dissertazioni, una delle quali aveva per titolo:* Ippocrate Areot, *ma il Sig. Goelike in una Arringa, e poscia nella sua Storia della Medicina, il Sig. Triller in una Dissertazione Latina (intitolata* Ippocrate falsamente accusato di ateismo) *che venne anche ristampata con molte aggiunte, e che la inserì nella Raccolta de' suoi Opuscoli il Sig. J. Le Clerc nella sua Bibl. anc. & moderne,* Tom. 15. p. *428. il Sig. I. A. Schmid in una dissertazione stampata in* Helmstad (Theologie d'Hippocrate) *e finalmente il Sig. Fabrizi in alcune annotazioni del 13. Tomo della sua biblioteca Greca, hanno così bene provato la insussistenza delle odiose imputazioni fatte per denigrare la Religione d' Ippocrate, che non resta più dubbio alcuno in questa materia. Dappertutto ove occasione se gli presenta di far parola della Divinità, parla da uomo ripieno di un profondo rispetto per essa. Di fatto e chi mai ne può essere più convinto, e più persuaso di un Medico? Questi la ravvisa dappertutto, e le opere della Divina mano ad ogni istante si offrono ai di lui sensi. Anzi si può con verità asserire, che i Teologi ne parlano di essa, e che i medici la contemplano.*

(b) *Non minori prove d' Ippocrate ne diede eziandio Galeno di sua Religione, e se si ritrovano in una sua opera due passi, nell'uno dei quali accusa il Cristianesimo di non avere bastevoli prove, e nell' altro mette in ridicolo l' attacco dei primitivi Cristiani alle loro dottrine, ciò non prova punto che Galeno fosse un empio, ma solamente che non era Cristiano.*

Dio (c). Nè quì lascierò di mentovare un Boile, Scrittore di opere tanto erudite, propugnatore della divinità, che assegnò ricchi proventi, onde i più felici ingegni del Brittanico Regno veglino in ogni tempo alla difesa della Religione così naturale, che rivelata, a confusione degl'increduli, e degli ateisti. Che non direi del Sidenamio di lui amico, nostro Ippocrate novello? che non direi dell'immortale Lochio, del gran Boeravio, del veramente pio Offmanno, abbenchè sporco di qualche leggera superstizione? e per parlare dei nostri contemporanei, non fu egli il Tralles, che i sofismi confurtò del Sig: La Metrie (d)? Non fu l'Allero, che con nerbo di stile perenne in tutt'i suoi Scritti, rovinò i principj, e rovesciò i fondamenti della funestissima irreligione, sulle di cui rovine vi eresse le fondamentali verità di un Cristianesimo consolt ore (e)? Veggiamo da un altro canto i più illuminati Medici, i quali scosso il vile giogo della superstizione, e della ignoranza, delle fantastiche larve di ogni ordine di persone, dei sogni deliranti di una invasata immaginazione, e di certi Dottori eziandio, che tengono certe baje per assiomi, ridono come quelli che hanno buon senso, all'osservare di tali sciocchezze, che alle verità si sostituiscono, e cercano di abbracciar l'ombra come cosa salda; quindi tanti schiamazzi, tante querele, tanti sarcasmi, ed imposture atroci, macchinate per lo eccidio delle fortune, della riputazione, e della vita ancora di que' pochi saggi, che a fronte delli altri sono i più esemplari, ed umani.

Di piacere non meno, che di ameno esercizio per me stato sarebbe, se questa stretta unione, se que-

(c) ΘΕΟΡΙΛΕΣΤΑΙΟΣ.
(d) *Anima humana &c.*
(e) *Discours sur l'irreligion* a Neufchatel 1755.

questa perfetta concatenazione, se questa mutua dipendenza avessi io preso a trattare, la quale passa fra la Scienza dei costumi, e quella della Salute, e con tanta maggior franchezza io mi sarei accinto a questa impresa, quanto più la strada mi si rendeva meno malagevole, calcata dai due gran Maestri Ippocrate, e Galeno; de' quali il primo nel suo picciolo trattato della Dieta tutto s' adopra per istabilire delle anime umane l'eguaglianza, e scorgervi pretende i gradi del loro sapere, e della loro follia, nell'esame che fa della loro temperanza, od intemperanza. Dimostrò il secondo in modo da persuadere, l' influenza dei diversi stati del corpo sopra le facoltà dell'anima. Sedeci secoli fa seppe egli cotanto, che pregava fino quei Filosofi, i quali erano incaricati dell'educazione della gioventù, acciò volessero inviargli tutti quelli, che ne' costumi i più disordinati sembravano. *Tutti coloro*, dice egli, *che persuasi non sono, che i cibi appunto diversi, rendano gli uni più moderati, gli altri più dissoluti, altri libertini, altri sobrj, intraprendenti, modesti, timidi, sfacciati, si portino a me, che io loro insegnerò ciò che a ciascuno più convenga di mangiare, e di bere. Diverranno più presto atti per la morale Filosofia, e più in istato di perfezionare le facoltà di un' anima ragionevole, quando con tale mezzo avrò io corroborato il loro acume, e la loro memoria, e che io gli avrò resi più amici dello studio, e della Sapienza. Posciachè oltre le lezioni ch' io loro farò intorno gli alimenti, e le bevande, li renderò ancora istrutti delle influenze dei venti, del temperamento dell' aria, che dappertutto ci attornia, dei luoghi salubri, di quelli che più sono malsani* (f).

Per quanto io mi fossi diffuso sopra di questa ma-

(f) *Libro quod animi mores corporis temperamenta sequantur.* cap. 3. Charterius Tom. 5. p. 457.

Materia, non avrei che in parte toccati quei punti di vista, che la Medicina incatenata al Diritto ci fanno osservare. Vuole un Legislatore formare delle Leggi? Vuole un Giudice sedente sul tribunale, con alla mano le bilancie di Temi, vuol egli dar giudizio sulle quistioni civili, o criminali, o canoniche? infiniti sono i casi, nei quali egli abbisogna de' nostri principj, e di quella parte di Medicina, che Medicina-Forense si chiama.

Bisognerebbe trascorrere quasi tutti gl' immensi regni della Fisica, se tutte le parti, che ha la Medicina comuni con essa, indicarne volessi. Quei primi Saggj, che nelle contemplazioni si sprofondavano della natura, occupavansi altresì tutti nella cura delle malattie; e Pitagora, Empedocle, Democrito, e tanti altri, alle cognizioni della Fisica congiungevano quelle della Medicina. Ippocrate fu quel primo, che queste due Scienze separò, non già per disunirle per sempre, ma per ridurre alle sue classi un corpo immenso di dottrine, che non poteasi da un solo uomo coltivare onninamente: mentre ogni parte interessare poteva più, e più persone, senza obbliare, ch' eran questi tanti membri, per natura lor necessarj alla formazione di un Tutto.

La parte di questo Tutto, che i suoi esami fissò sulla natura del corpo, come corpo, ritenne il nome di Fisica, e ciascun' altra parte d' altronde ottenne diversi nomi, relativi alle diverse specie dei corpi, ch' esse hanno prese per soggetto delle loro contemplazioni. Il Corpo Umano è l' oggetto della Medicina. Ma cosa diviene la Medicinasenza la Fisica? chiunque ignora dei Corpi le forze, e le proprietà, e le leggi del moto, giammai non apprenderà l'arte di guarire; i Professori di Medina non s'addossano di tali Allievi. Ma se la fisica influisce tanto sopra la Medicina, questa pure contribuisce molto ai vantaggj della fisica. Quanto di

fat-

fatto non è ſtata arricchita dai Medici? Gilberto Medico Ingleſe fu il primo, ch'eſpoſe i fenomeni elettrici; Boyle moltiplicò ſovra ogni altro valente uomo le cognizioni fiſiche; Boerave diede un nuovo aſpetto alle ſteſſe dopo i ſuoi ſperimenti ſopra gli elementi: e per paſſarne ſotto ſilenzio infiniti, il gran Muſchembroechio, l'Anteſignano di tutt'i Fiſici, ſi reſe dapprima famoſo co'ſuoi libri di pratica Medicina.

Pochiſſima relazione ſembra che aver debba la Medicina collo ſtudio delle Lingue, della Storia, e della Letterarura; eppure ve ne ha una fortiſſima. Qual medico in fatti non ſi avrebbe a vergognare, ſe la Storia ignoraſſe, e le Belle Lettere? Chi è poi quegli, che piacere non ritrovi di leggere i Padri della Medicina nella loro lingua? Ed a chi non ſpiace di trovar la Lingua Araba, ſtrana affatto, e foreſtiera, obbligato eſſendo a leggere molti Autori Medici peſſimamente tradotti?

La Medicina altresì di molti lumi riſchiara queſte Scienze. Queſta ſola ſgombrò tante oſcurità nella Storia diſperſe. Le opere di Celſo ſcritte con iſtile tanto elegante e puro, ſono l'oggetto di tutti coloro, che un'aurea latina lingua bramano di parlare, come quegli che fu uno dei più celebri Medici dell'antichità. Non fu Medico Plinio? ma queſta Sienza egli perfettamente ſapeva, e quaſi non affaticò che per eſſa, ed a ragione vien detto della ſua Opera, che non ſolo rinchiudeva i repertorj della Latinità, come tanti altri Autori, ma che tutta affatto in sè rinchiudevala. Quel gran Maeſtro dell'Arte Salutare, quel celebre Areteo, tutte le venuſtà della Greca Lingua ſparſe ne'ſuoi ſcritti. Galeno ebbe una eloquenza a lui affatto particolare. Aleſſandro Tralliano facondo pur eſſo, ed elegante, e tutti gl'intendenti dell'Araba lingua atteſtano, che la purità, e lo ſtile aureo di quella nei ſoli ſcritti di Medicina ſi ritrova.

Da quanto ho detto fin quì parrebbe a prima vista, che una tanto affluente materia agevole fosse ad esser trattata; ma altrimenti mi fece pensare uno esame maturo: e lasciando un così bel soggetto a migliori ingegni, uno me ne sono trascelto fra i moltiplici della pratica Medicina, il quale per sua natura potesse il gradimento vostro incontrare, e che da me altro non richiedesse, che una semplice esposizione. Dei suoi Buoi parla il bifolco; dei venti il marinajo (g); ed io come Medico a ragionare eletto a questa Sapiente Raunanza, ho concepito lusinga d'interessarla col trattenerla con questo mio discorso intorno la Salute dei Letterati.

§. II.

Molto prima d'adesso venne osservato, che poco vantaggioso alla salute del corpo era lo studio delle Scienze. Dopo di avere Celso avvertiti i Letterati degl'incomodi della loro vocazione, pose loro in vista quei mezzi, co' quali potessero ischifarli. Molto più avanti innoltrossi Plutarco qual giudice esimio del buono, e dell'onesto, nè contentossi soltanto di persuadere i Letterati a prevalersi de' precetti della Medicina, ma voleva che anzi la studiassero; disdicevole riputando il sagrificare la vita negli studj il più delle volte inutili, e trascurare nel medesimo tempo l'arte preziosa della salute. Certo ignoran costoro, dic'egli, essere stata codesta tanto pregiabile Scienza lunghissimo tempo una parte della Filosofia, e che principalmente necessario si rendeva lo studio di essa a coloro, che con faticose meditazioni, e con le notturne vigilie emaciavano il corpo.

§. III.

(g) *De tauris dicit arator, navita de ventis: Quod Medicorum est promittunt Medici.*

§. III.

Due sono le principali sorgenti, donde le malattie derivano dei Letterati, una le perenni fatiche dello spirito; l'altra la vita sedentaria del corpo; per abbozzarne dunque l'idea del risultato sì dell'una, come dell'altra, basterà solo mettere in prospetto gli effetti funesti, che ne derivano.

§. IV.

La Metafisica nelle ricerche si sprofonda delle cagioni dell'influenza dello spirito sopra il corpo, e del corpo sopra lo spirito; si occupa la Medicina in materie bensì meno sublimi, ma forse più certe, e senza speculare le prime cagioni della reciproca azione delle due diverse sostanze componenti l'uomo, si arresta soltanto con attenta osservazione ad esplorarne i fenomeni, che risultano da quest'armonia. L'esperienza insegna al Medico, che posto in tale stato un corpo, produr deve necessariamente un tale movimento nell'anima; che un tal altro movimento dell'anima produr deve un tale movimento nel corpo; che finattantochè l'anima è occupata a pensare, una parte del cervello si ritrova in istato di tensione, e di violenza: essa non avanza più in là le proprie ricerche, e tanto le basta di sapere.

L'unione dello spirito col corpo è di fatto così forte, che a grande stento possiamo concepire, che uno possa agire, senzachè più, o meno prenda in consenso anchè l'altro. Scossi gli organi dei sensi, destano nello spirito oggetto di pensieri, facendo oscillare le fibre del cervello; e durante l'occupazione dell'anima in questi, gli organi del cerebro si ritrovano in un movimento più, o meno grande, in una tensione più o meno violenta; questi perenni movimenti affaticano il midollo nerveo, e questa tenera sostanza, dopo una lunga meditazione, si ritrova così rifinita, quanto esserlo puote un corpo robusto dopo un faticoso esercizio

Que-

questo languore l'avrà sperimentato in sestesso chiunque avrà dovuto profondamente meditare una volta almeno in sua vita; nè avvi uomo letterato, che più volte nell'uscire dal suo gabinetto, non si sia da fiero dolore di testa sentito aggravato, e di gran calore acceso in questa parte; la qual cosa dalla fatica dipende, e dallo stato di riscaldamento, in cui si è ritrovata la midolla del cervello; gli effetti di questa faticosa tensione si possono cogli occhi ancora vedere; di fatto se un uomo si consideri immerso in profonda meditazione, i muscoli della di lui faccia si osservano tesi, e qualche volta sembrano persino convulsi. Platone conobbe di già qual ne fosse il pericolo derivante da una eccessiva intensione di studio: *Quando*, dic' egli, *l'azione dell'anima è troppo forte, abbatte il corpo con degli urti, che lo sfibrano, e lo alterano. Se in certe circostanze tenti di fare uno sforzo, il corpo subito se ne risente, si riscalda, s'illanguidisce*. Queste malattie furono osservate eziandio dal Ramazzini celebre Medico Italiano. *L'unione*, egli scrive, *dell'anima col corpo è tale, che di ogni bene, e di ogni male, che loro insorge, se ne fanno ra loro un giusto, e reciproco comparto: e quando il corpo da laborioso esercizio si ritrova spossato, non può lo spirito seriamente applicare; ed uno studio troppo intenso, ed astratto, distrugge le molle del corpo colla dissipazione degli spiriti animali, i quali sono necessarj anzichenò per ripararne le continue perdite* (h).

Per formarsi un' idea del modo con cui il faticoso esercizio dello spirito influisca sopra la salute del corpo, basta richiamare alla mente. 1. un fatto da me già accennato, e che può essere da chiunque pensa inteso in se stesso, ed osservato ancora in tutti coloro che fanno uso di una continua

(h) *Opera omnia*, pag. 648.

continua riflessione, che il loro cervello cioè tutto in azione si ritrova, allorchè si medita. 2. Che ogni parte del corpo, che sta in azione, s'affatica; e se troppo a lungo persista l'esercizio, si turbano le sue funzioni. 3. Che tutti li nervi hanno origine nel cerebro, e da questo viscere propagano le loro diramazioni, e che questo è l'organo del pensamento, e detto il sensorio comune. 4. Che sono i nervi una delle parti essenziali della macchina umana, che non avvi funzione alcuna in essa, in cui questi non intervengano necessariamente, e che, disordinata la loro azione, l'economia animale deve altresì perturbarsi. Posti questi semplici principj, si avvede benissimo ognuno, che allorquando affaticato si ritrova il cerebro per l'azione dell'anima, devono pure i nervi risentirsene, e dal loro sconcerto alterarsi la Salute, e rovinarsi il temperamento, senzachè v'abbia ad aver parte nessun'altra straniera cagione.

§. V.

I libri sciocchi, e frivoli fanno perdere il tempo, ed accorciano la vista; ma quelli, che sublimano l'anima sopra se stessa colla forza, e colla concatenazione delle idee, e la trattengono in una violenta meditazione, questi dissipano lo spirito, e sfibrano il corpo; e più intenso, e toccante che n'è il piacere di tal Lettura, più funesti anora ne derivano gli effetti. *Ogni continuazione stança*, dice il Sig. di Montesquieu, *e sovra ogni altra cosa i forti piaceri. Le fibre che ne furono gli organi, hanno d'uopo di riposo; bisogna far uso di alcune altre, più congrue a servirci, e distribuire per così dire la fatica* (i). Venne assalito il Malebranchio da una violenta palpitazione, mentre leggeva *l'Uomo di Cartesio*; ed al dì d'oggi vive in Parigi un certo Professore di Rettorica, il quale nel legge-

(i) *Petit porte feuille*, pag. 113.

gere alcuni dei migliori pezzi di Omero si risente svenire (*).

§. VI.

Mi sia permesso di paragonare il cerebro umano ad un campo di battaglia, i nervi, che ne traggono la propria origine, e lo stomaco, che corredato si osserva di moltissimi nervi, e questi sensibilissimi, sono le parti che d'ordinario sono le più bersagliate, e più presto ne risentono lo stancheggio dello spirito; che se troppo a lungo la cagione persiste, tutte le parti di consenso ne restano affette.

§. VII.

Il Sig. Van-Svvieten parlando di un'uomo illustre per istudio, cagionevole divenuto per le lunghe vigilie letterarie (*k*), dice, che al racconto di una storiella, di una sciocca favoletta, veniva preso da capogiri di testa; e quando voleva richiamarsi alla memoria una qualche cosa, che si fosse dimenticato, provava angoscie mortali; sovente si sentiva mancar il cuore a poco a poco, e trovavasi languido, ed abbattuto di forze. Quello poi si era il peggio, che non poteva rallentarsi da questo suo rivangare colla mente le cose dimenticate; qualunque sforzo facesse per sospendere l' azione della mente, era di mestieri che suo malgrado la continuasse, finchè giugneva ad un stato morboso di spasimo (*l*) Il Sig. Viridet mio concittadino ha conosciuto una donna, la quale quando a qualche cosa si applicava, veniva assalita da una gagliarda co-

(*) Lorry, *de melancholia, & morbis melanchol.* Tom. I.

(k) *Queste letterarie vigilie venivano dagli antichi chiamate col nome di* lucubrationes.

(l) *Commentar. in Boerhaav. aphor.* Tom. III. pag. 413.

colica (*m*); ed un moderno Autore parla di un uomo, a cui si gonfiava a dismisura un braccio, quando si metteva a pensare, o ch'era affetto da qualche viva sensazione (*n*). Fui consultato sopra un gentiluomo Inglese, il quale mentre si ritrovava in Roma, s'aveva dato allo Sudio delle Matematiche con tanto trasporto, ch'in termine di pochi mesi divenne cieco, benchè negli occhi suoi non vi si scorgesse lesione alcuna apparente. Si faceva leggere, ma poco dopo il di lui cerebro non poteva più reggersi, e finalmente si ridusse in istato da non poter sopportare nemmeno per istanti una delle più indifferenti conversazioni.

Il Sig. Zimmerman Amico mio, somministraci un altro esempio in materia di spossamento letterario, troppo interessante, per averlo da qui ommettere. Racconta questo illustre Medico di un gentiluomo Svizzero, che in età giovanile si diede a profondare lo studio delle Mettafisiche, e che ben presto restò colpito da certa debolezza di mente, alla quale vi si oppose con altrettanta intensione di meditazioni; quindi la spossatezza divenne maggiore, ed egli vieppiù raddoppiò gli sforzi dello studio. Questo conflitto durò sei mesi, ed il male s'accrebbe in modo da snervare il corpo, ed illanguidire l'energia de' sentimenti. Alcuni rimedj in parte rinvigorirono il corpo, ma all'opposto lo spirito ed i sensi a poco a poco s'istupidirono in sommo grado. Senza esser cieco pareva che punto non ci vedesse; senza essere sordo sembrava non più udi-

(m) *Traitè du bon chile*, Tom. II. pag. 647. *Quest' opera poco conosciuta, sebbene sia stata stampata nel 1735. poco tempo avanti la morte dell'Autore, merita di essere letta, atteso il numero delle belle osservazioni, che contiene.*

(n) *M. Bordeux prix de l' Acad. de Chir.* Tom VI. pag. 199.

udire; senza essere muto era restato privo della favella; nel resto egli dormiva, beveva, e mangiava senza gusto, senza dimandarlo, e senza rifiutarlo. Venne creduto incurabile, e più non se gli diedero rimedj, e durò un anno in questo stato. A capo di questo tempo venne letta in sua presenza una lettera ad alta voce, si scuote egli, si lagna fra se stesso, e porta la mano sopra la sua orecchia; se ne accorgono gli astanti, e si legge più ad alta voce; grida allora, e dà dei contrassegni del più acerbo dolore; si rinnova la lettura, ed il senso dell'udito gli viene restituito col dolore. Tutti gli altri sensi nello stesso modo gli furono ristabiliti, ed a mano a mano che riacquistava i sensi, sminuivasi in lui la stupidità; ma prima di riaversi affatto, gli convenne provare deliquj, e dolori di morte; finalmente la natura lo riparò quasi senza verun ajuto della medic'arte; ricuperossi del tutto, ed oggidì è uno dei nostri migliori filosofi (o). Impossibile sarebbe spiegare altrimenti questi fenomeni, se ricorrere non si volesse al vizio dei nervi, ed alla influenza, che tiene l'anima sovra di essi.

§. VIII.

Quanto poi all'azione dell' anima sopra lo stomaco, ciascuno ha tali prove ogni dì sopra di se medesimo, onde restarne convinto. Chi più medita, più male digerisce, *cæteris paribus*; chi meno medita, meglio digerisce. Noi veggiamo de' sciocchi

(o) *Questa osservazione venne tratta da un capitolo sopra gli effetti della intensa applicazione, il quale venne inserito dal Sig. Zimmerman nel suo* Trattato dell' esperienza in Medicina, *e che dopo la prima edizione di questa operetta volle a mia contemplazione tradurre: e siccome lo ritrovo pieno di utilissimi riflessi, così ne farò spesso uso.*

chi tuttogiorno, i quali benchè costretti a fare una vita sedentaria, e di avere un temperamento debole in proporzione di certi altri, assai mangiano, ed assai bevono; senza verun loro pregiudizio. All'opposto poi quante persone letterate mai non vi sono, che sebbene di ottimo temperamento dotate, e che fanno un congruo esercizio; tuttavia soggette sono a crudità, ed indigestioni? Quella stessa legge della organizzazione del corpo umano, la quale fa che primario sintomo delle lesioni del cervello dopo le ferite ricevute alla testa succedano i vomiti, la stessa si osserva in tutti gl'irritamenti eziandio di quest'organo; il grado dell'effetto è mai sempre in proporzione a quello della sua cagione; e se di rado si osservò, che le fatiche della mente abbiano ad un tratto i medesimi effetti prodotto sopra dei nervi, che prodotti avrebbe un violento colpo; ciò tuttavia non è senza esempio: un uomo di raro ingegno, che con eccedente ardore s'era egli dato allo studio, raccontavami egli stesso, che dopo avere per più ore con fervore meditato, sentiva le forze della propria anima vivamente esaltate, che a poco a poco sentiva indebolirsi la testa, raggirarsegli confuse le idee, non intendeva più niente, sentivasi mal di cuore, e quindi frequenti i vomiti succedevano. Il Sig. Pome parla di un letterato, che a forza di profonde meditazioni si aveva cotanto indebolito lo stomaco, che tosto dopo aver pranzato veniva assalito da pertinace vomito (*p*). Questo è stato quasi sempre l'effetto funesto di uno studio laborioso; e si legge, che Aristotele era forzato a tenersi sullo stomaco una vescica piena di oglio aromatico; e Marco Antonino aveva talmente pregiudicato il proprio con una intensa meditazione, in cui quasi sempre si ritrovava sprofondato, o pensas-

---

(q) *Trattato delli vapori Isterici*, p. 284.

ſaſſe egli al governo dell'Impero del mondo, ovvero ſtudiaſſe le ſcienze, che per teſtimonianza di Galeno ſuo primo Medico non poteva egli prima ſgombrarſi da una raccolta di crudità, a cui andava ſoggetto, ſe non con un digiuno di ventiquattro ore, e con un bicchiere di vino caldo, in cui foſſevi ſtato in infuſione qualche grano di pepe. Lo ſteſſo Autore ci ha laſciata eziandio la ſtoria di una donna, chiamata Arria, la quale molto egli amava, e che, dataſi ad un intenſo ſtudio della filoſofia di Platone, s'era cotanto indebolita lo ſtomaco, che non poteva più prendere alimento, ed aveva talmente perdute le forze, che non poteva altrimenti ſtare, che ſopra il dorſo ſdrajata (q). Il Sig. Boerhaave, che lungo tempo fece ſuo ſoggiorno in una Città, in cui molto ſi coltivano le Lettere, dice, che lo ſtudio cominciava di già ad indebolire lo ſtomaco, e che ſe non ſi arreſtavano i progreſſi, ſarebbe il male degenerato in melanconia. Uno ſtomaco cattivo è proprio di un Uomo di Lettere, diceva un celebre Medico Portogheſe, come l'ombra va dietro al corpo (r). Io pure ho conoſciuto dei malati, che furono puniti della loro letteraria intemperanza con la perdita dell'appetito, colla mala digeſtione, ed in effetto con una totale languidezza, paſſarono poſcia agli ſpaſimi, alle convulſioni, e finalmente reſtarono privi di tutti li loro ſenſi.

§. IX.

Non va guari poi, che, per il reciproco conſenſo, il male cagionato al corpo dallo ſpirito ritorna ſopra lo ſpirito ſteſſo, eſſendo ſtata queſta una legge dal Creatore inſerita a queſte due ſoſtanze, che finchè erano inſieme congiunte, doveſſero

---

(q) *De Theriaca ad Piſonem*, cap. 2. Chart. t. 13. p. 932.

(r) Amati Luſitani *curat. Medica*, p. 153.

sero le fatiche dello spirito fino a certo punto influire sopra la salute del corpo; questa fu una verità sempre nota. Plinio il giovane diceva molto bene, *che i mali del corpo ammalavano lo spirito* (s); e Democrito molto tempo innanzi a lui aveva detto, che *la forza dello spirito cresce colla salute; quando il corpo è malato, lo spirito non può attendere alla meditazione* (t). Ella non è dunque meraviglia, se il corpo si debilita dopo essersi stancato il cervello, ed indeboliti i nervi. Non mi si obbietti la condotta di Platone, il quale scelse per sua scuola un luogo malsano, coll'idea che avendo reso il corpo cagionevole, avrebbe avuto lo spirito più a proposito per meditare. La condotta di Platone non si uniformava in questo alla sua dottrina generale, e relativa non era alla buona disposizione del suo corpo, e della sua lodevole struttura; quindi bramava egli di avere la febbre per ismagrirsi. Nè mi si obbiettino altri Letterati, che furono cagionevoli; avegnachè se con attenzione si disamini la loro salute, si vedrà, che tutti gli incomodi, che soffrono, non hanno radice nel cervello, o nei nervi, che essendo alle volte fortissimi, poco o nulla se ne risentono degl'incomodi degli altri organi, ed in istato essi sono di bene eseguire le funzioni dell'anima.

§. X.

I primarj sintomi, che caratterizzano l'indebolimento del genere nervoso, sono una spezie di pusillanimità, che non vi era per lo innanzi; la diffidenza, il timore, la tristezza, la prostrazione di forze, l'abbattimento dello spirito: l'uomo il più intrepido diventa il più timoroso; la più lieve intrapresa lo sgomenta, ogni picciolo accidente improvviso lo fa tremare, la più leggiera indisposizio-

(s) *Epist. lib. 2. epist. 9.*
(t) *Epist. ad Hippocrat.* Foes. t. 2. p. 1288.

zione gli sembra una mortale malattia, e la morte è talmente per lui una idea spaventevole, che non può figurarsela senza inorridire. Alcuni tiranni vi furono che condannarono a morte dei filosofi che essi odiavano, ma non poterono punto atterrirli; quanto più crudeli sarebbono stati costoro, se, lasciando loro la vita, avessero potuto ispirare in essi i timori, che sono i carnefici degl' ipocondriaci? Tuttogiorno si osservano Letterati, presso ai quali si scorge, che questa malattia prende piede, e quinci obbligati a lasciare da parte i loro diletti libri. Coll' indebolirsi che fanno i loro nervi, incapaci si rendono di attenzione; perdono la memoria; s' oscurano le loro idee; un caldo di testa, certe palpitazioni; una totale oppressione, un timor pannico di una subitanea morte fa loro cadere di mano la penna. Il riposo, il vitto umettante, l' esercizio, li rinvigorisce, tornano alla lettura, e di bel nuovo costretti sono ad abbandonarla. Passano i giorni con simili alternative; la sera si sentono fiacchi, abbattuti, vanno a letto, passano la notte assai male; vieta loro il dormire l' irritabilità dei nervi, e quasi non sono più in istato di riflettere a nessuna cosa. Ho conosciuto un giovine, il quale datosi perdutamente ad un contumace studio di filosofia, non può adesso più aprire un libro senza provare una fiera convulsione nei muscoli della testa, e della faccia, e gli sembra in quel punto sentirsi stringere il capo da mille funi. Nè serve ch'io quì rapporti altri esempj, che servirebbero a render più voluminosa quest' opera, senza recare prove maggiori del pregiudizio, che arrecano gli studj intensi, e delle tragiche influenze sopra la forza del sistema nervoso. Le fatiche dei gabinetti, dice il Signor Rousseau, rendono gli uomini dilicati, indeboliscono il loro temperamento, e difficilmente lo spirito conserva il proprio vigore, quando il corpo

ha

ha perduto il suo. Lo studio logora la macchina; dissipa gli spiriti, snerva le forze; abbatte il coraggio; ci rende pusillanimi, ed incapaci di reggere al travaglio, ed alle passioni (u).

§. XI.

Le fatiche dello spirito non solo debilitano, e sensibilissimo rendono il genere nervoso, ma cagionano eziandio le malattie di nervi le più circostanziate, e le più gravi. Galeno racconta di un Grammatico, che cadeva Epilettico ogni volta che con ardore meditava, ed insegnava (x). Io stesso ho veduto, e lo stesso pure ha osservato il Signor Van-Svvietten, dei fanciulli di grandissima espettazione, violentati allo studio il più penoso da crudeli, improvidi Maestri, diventare Epilettici per tutta la loro vita. Il Sig. Hoffmanno parla di un giovine, che per un momento diventava Epilettico tutte le volte, che affaticava il suo spirito, o la sua memoria; e quando cessava dallo studio, cessavano pure le palpitazioni, e ricuperava la sua salute (y). A tal prezzo pure l'illustre Petrarca godeva del piacere di essere un gran letterato.

§. XII.

Oltre le malattie del sistema nervoso, che lo studio cagiona col disordine dei nervi, partorisce eziandìo un'infinità di altri mali. Un celebre Matematico, che aveva la gotta per eredità, la cui vita era impuntabile, se ne accelerò l'accesso coll' applicarsi troppo profondamente alla soluzione di un problema (z). E' noto l'accidente avvenuto al Sig. Cavaliere d'Epernay, dopo lo spazio di quat-

(u) *Preface de Narcisse*, *oeuvr. divers.* Tom. 1. p. 172.

(x) *De locis affect.* l. 5. c. 6. Charter. Tom. 7. p. 492.

(y) *Medicin. ration. de epileps.* 5. 19.

(z) Van-Svvietten, t. 4. p. 305.

tro mesi di assidue fatiche, senza sintomi veruni di precedente malattia, perdette la barba, le ciglia, i sopraccigli, finalmente i capelli, e tutti i peli del corpo (a). Questo fenomeno si spiega facilmente colla mancanza di nuttrizione alli picciolì bulbi, che di radice servono ai peli; mancanza di nutrizione, che può derivare da tre diverse cagioni: 1. dall'alterazione delle funzioni dello stomaco, organo primario della nutrizione, e della digestione; 2. dalla imminuzione dell' azione dei nervi, che hanno tanta parte nella nutrizione, e ch'essendo occupati nelle funzioni dello spirito, servono assai male quelle del corpo. 3. da quella febbriciatola, a cui vanno soggetti alcuni Letterati, la quale struggendo le linfe nutritive, rende questi pallidi, magri, cagionevoli, e consumati; febbre, che in se stessa da altro alle volte non deriva, che da una contenzione di spirito, che animando l'azione del cuore, rende le sue pulsazioni più frequenti.

§. XIII.

Per formarsi una idea degli effetti di una meditazione troppo violenta, si può sovente riguardarla come una legatura fatta a tutti li nervi, la quale sospendendo la loro azione, produce lo stesso effetto in tutta la macchina, che da una legatura più, o meno stretta, fatta ad un ramo nervoso, verrebbe prodotto sopra le parti, a cui distribuiscesi questo ramo. La meditazione rifinisce un corpo, come farebbero l' evacuazioni eccedenti, le quali lo impoveriscono, lo dissipano, assottigliano di troppo gli umori, e producono una troppo grande mobilità nei nervi. I salassi, i cristieri, la salivazione, quando sono troppo copiosi, le urine eccedenti, in una parola ogni evacuazione abbondante coll'indebolire l'azione dei canali, e collo smi-

(a) *Gazzette de France 23. Fevrier. 1763.*

sminuire di molto la quantità degli umori, impediscono la separazione del fluido nerveo, o siano spiriti animali nel cervello, dai quali tutta dipende l'azione dei nervi. Coll'essere i nervi in una forte tensione, allorchè si medita profondamente, si dissipa troppo di questi spiriti, e s' impedisce l' azione del cervello a prepararne di nuovi, sicchè in ogniuno di questi casi questo prezioso fluido, ch' è la più pura sostanza, e la più elaborata in tutta l'umana macchina, la più necessaria a tutte le nostre funzioni, manca, e si altera, donde nascono quantità di disordini. Avvi però questa differenza, ch'è molto essenziale, fra la debolezza dei nervi cagionata dalle troppo copiose evacuazioni, e dai violenti esercizj del corpo, i quali per verità struggono il corpo colla troppo eccedente dissipazione di spiriti animali; da quella debolezza che deriva dalla forte applicazione della mente; la prima di queste cagioni per qualche tempo sospende la bastevole separazione di questo prezioso liquore, mentre per la seconda le fatiche dello spirito attaccano l'organo stesso, ma non ne disordina punto gli organi, come in progresso lo farò vedere. La prima sottrae alla fabbrica la materia, la seconda disordina l'organo; e questi sono quei disordini del cervello, parti di un studio troppo profondo i quali imprendo a disaminare; dipendono questi da tre leggi dell'economia animale, le quali formeranno altrettanti articoli.

§. XIII.

La prima legge è quella, che quando l' anima da lungo tempo occupata ha impressa nel cervello un'azione troppo forte, non è più in istato di levarla; questo scuotimento suo malgrado continua; e colla perenne reazione sopra di essa le suscita certe idee, che sono un vero deliro, non rispondendo più queste alle impressioni degli oggetti esterni, ma solo alla interna disposizione del cervel-

lo, qualche parte del quale diviene incapace di ricevere le nuove impressioni, che le trasmettono i sensi. Lo Spinello celebre pittore Toscano, avendo dipinto la caduta degli Angeli ribelli, diede a Lucifero un aspetto così formidabile, ed orrendo, ch'egli stesso raccapricciò di orrore, e per tutto il corso di sua vita parevagli aver dinanzi agli occhi questo demonio, il quale gli rimproverasse di essere stato da lui così deformemente dipinto. Il Sig. Pascal, uno degli spiriti più forti, dopo lunghe e laboriose occupazioni, restò così pregiudicato nel cervello, che parevagli aver sempre dinanzi una voragine di fuoco, una continua agitazione in alcune sue fibre gli teneva perpetuamente svegliata questa sensazione, e vinta la sua ragione dalla forza dei propri nervi, mai più si ridusse in istato di superare questa idea. Quanti altri non incontrarono di simili disavventure, ed i quali, in forza di una lunga tortura data allo spiriuo, furono da una rovinata fantasia trasportati al di là dal vero? Gaspero Barloeo, Oratore, Poeta, e Medico, non ignorava questi funesti accidenti, e spesso ne rendeva avvertito il suo Amico Costante Hughens (b); ma acciecato da un trasporto vivo per lo studio, talmente s'indebolì il cervello, fino a credere di aver il suo corpo di burro: con terrore scappava dal fuoco, e stanco alfine de' suoi pannici terrori si precipitò in un pozzo. Io pure da vent'anni in poi piango ancora la perdita di un amico, di rari talenti fornito, e di un esimio carattere, uomo nato a grandi cose, diviso fra lo studio delle Lettere, e quello della Medicina,

---

(b) *Nec litteras*, scriveva egli, *nec versus rescribe, nec in novum discrimen valetudinem dubiam adducas. Facile enim ex attentione incalescent Spiritus, hinc sanguis, hinc habitus corporis*. Barloei Epist. lib. 1. Epist. 4.

cina, di cui ne avrebbe ſenza fallo avanzati i progreſſi; notte, e giorno occupato ſe ne ſtava in letture, in iſperimenti, in meditazioni: perdette dapprima il ſonno, quinci venne aſſalito da paſſaggieri attacchi di follia, finalmente divenne pazzo da vero, e molto vi volſe a poterlo conſervare in vita. Molti altri io ne ho veduti, i quali divennero frenetici, e ſmanioſi dalla troppo intenſá applicazione; e che terminarono col diventare affatto ſtupidi.

Conobbi altresì un uomo più grande pe' ſuoi talenti, che per la illuſtre ſua proſapia, che per dodici ore continue meſſoſi ad eſtendere una memoria della più alta importanza, cadde in un reale delirio, il quale gli durò finchè col ſonno rimiſe in calma i ſuoi ſenſi.

Gli oſſervatori ci raccontano un infinito numero di queſti eſempj, ed ho ſentito dire da un teſtimonio degno di fede, che Pietro Jurieu tanto famoſo per diſpute teologiche, ſcritti polemici, e pel ſuo commentario ſopra l' Apocaliſſe, aveva in sì fatta guiſa ſnervato il ſuo cervello, che ſebbene nel reſto foſſe egli ſano di mente, pure aveva la freneſia di credere, che i dolori colici, ai quali andava ſoggetto, foſſergli cagionati da ſette cavalieri, che continuamente combattevano fra loro nelle ſue viſcere. Altri ſi credettero eſſere una lanterna, piangevano alcuni la perdita delle loro coſcie.

Le perſone le più pregiudicate ſono quelle, che hanno per iſcopo ſempre lo ſteſſo oggetto; in queſto caſo una ſola parte del ſenſorio è la tormentata, e perennemente. Non viene ſollevata dall' azione dell'altre; queſta parte ſempre alla tortura, ſi diſtrugge più facilmente. Quando nel corpo evvi un ſolo muſcolo, o poco numero di queſti, i quali agiſcano di continuo, la macchina patiſce molto più, che ſe la medeſima azione foſſe divi-

sa in tutt'i muscoli successivamente; lo stesso è del cervello, quando le diverse sue parti agiscono ora le une, ed ora le altre, molto meno si stanca, la parte affaticata si riposa, intanto che le altre stanno in azione; questo passaggio dal lavoro alla quiete è il più sicuro mezzo per conservarsi.

V'era certa femmina da me conosciuta, la quale fino all' età di venticinque anni ebbe sempre buon senno; per sua disgrazia s'attaccò alla setta degli Erneuti, o Moravj, s'infiammò il cervello, s'invasò di trasporto per Gesù Cristo, ch'ella chiamava il suo agnello, sicchè essa non poteva se non occupata restare in questa sola idea, e senz' altro motivo in ispazio di pochi mesi divenne pazza; non si ricordava d'altri che del suo amico. Io la trattai per sei mesi, ed in tutte le visite, che io le faceva ogni giorno, non le potei cavare di bocca altro, che queste parole, *Mio dolce agnello*, e che ogni mezz'ora ripeteva cogli occhi bassi. Visse in tale stato sei mesi, quindi morì di languore. Ma senz'andare più a lungo a cercare esempj d'altronde, non abbiamo noi quì avuto sotto ai nostri occhi in quest' Accademia un giovine di talento, il quale fittosi in capo di scoprire la quadratura del circolo, morì pazzo all' Ospitale in Parigi?

§. XIV.

La seconda Legge, alla quale va soggetto il corpo umano, e da cui dipende una parte delle malattie del cervello causate dallo studio, è questa, *che gli umori concorrono in copia a quella parte, che si ritrova in azione*. Il Sig. Morgagni racconta di aver conosciuto in Bologna un erudito, al quale usciva costantemente il sangue dal naso tutte le volte, che la mattina prima d'alzarsi si fosse dato

a me-

a meditare (c). Quando il cervello è in azione riceve maggior quantità di sangue, che dando troppo urto, e troppa distensione ai vasi, produce quel senso di calore, e di doglia, che dissi di sopra, ed altri mali eziandio più funesti, secondo le diverse disposizioni del cervello, del sangue, ed a norma del concorso di altre circostanze fortuite. Tali sono i tumori, gli aneurismi, le infiammazioni, le suppurazioni, i scirri, le ulcere, l'idropisia, i mali di capo, i delirj, i sopori, le convulsioni, il letargo, l'apoplesia, i sogni, che tormentano i Letterati, i quali se persistono, aprono l'adito ad infinite altre malattie dello spirito, e del corpo. Il Sig. Boerhaave ne fu attaccato da uno di queste, che gli durò sei settimane, egli era così indifferente in tutto, che nulla poteva più interessarlo (d). Chi non ha provato dopo lunga fatica, quanto inquieto sia il sonno, che vi succede, e come va sempre indiviso ad un senso spiacevole di tensione, e di gravità di testa? Una semplice irritazione del cervello è capace di produrre un sogno: una irritazione più forte cagiona delle convulsioni, delle malattie soporose; in grado più forte cagiona l'apoplesia, morte assai frequente, dei Letterati. Sono puniti nella parte, che ha peccato: lo studio poi, che genera un doppio cattivo effetto di affaticare il cervello, e di determinarvi una maggior quantità di sangue, partorisce alfine dei mali i più terribili, i quali spesso si manifestano, quando concorrono altre circostanze a recare molto sangue alla testa. Quante volte non si videro de' gran Predicatori, e dei celebri Professori cader morti sulle cattedre, come avvenne in Lipsia all'illustre Curzio? Tito Livio narra la storia del Re Attalo, il quale mentre s'incaloriva esortando i Beozj a far l'allean-

(c) *De sedibus, & causis morborum*, cap. 3. §. 13.
(d) *Praelection. ad institut.* t. 3. p. 135.

leanza con i Romani, caddè morto ſul mezzo del diſcorſo; ed in Baſilea in occaſione di certa cerimonia accademica, uno dei candidati, il quale da lunghi ſtudj preliminari s'era molto torturato facendo de' grandi sforzi in tempo della cerimonia per recitare il ſuo diſcorſo, colpito da un aſſalto apopletico, reſtò morto ſul fatto ſteſſo (*e*).

Mi toccò a vedere cogli occhi miei un riſpettabile Paſtore, il quale nel giorno delle Pentecoſte dopo di aver lungo tempo, e con enfaſi predicato, cominciò a tremare tutto in atto di diſtribuire la Sagra Cena, quindi balbettando diede in deliro, e poi in un'apopleſia, che per ſei meſi lo tenne rimbambito. Il Sig. Morgagni pure fa parola di un frate predicatore che nel più bello del ſuo ſermone morì colpito d'apopleſia. Frequentiſſimi ſono gli eſempj, nè v'ha biſogno di declamazione per quì produrre dei fatti di apopleſie avvenute ai Letterati: il loro genere di vita ſenz' altre cagioni prediſponenti ne ſono la miniera. Una intereſſante oſſervazione mi viene quì procacciata dal Sig. Zimmerman. Un Eccleſiaſtico Svizzero famoſo pe' ſuoi ſermoni, per maggiormente renderſi illuſtre, leggeva molto, con inteſa applicazione componeva, e molto eſercitava la memoria per apprendere. Con queſta perpetua attenzione perdette poco a poco la ſua abilità, ſnervoſſi affatto, e la memoria gli andava mancando a norma ch' egli faceva tutti gli sforzi per rinvigorirla. Per fine le nuove idee non gli reſtavano più impreſſe, conſervava tuttavia la memoria delle paſſate: venne finalmente aſſalito da un colpo di apopleſia, che gli fece reſtare paralitica tutta una parte. Venne traſportato ai Bagni di Baden negli Svizzeri, e quì morì in età di quarantadue anni:

Un Profeſſore di Berna verſatiſſimo nella cognizione delle lingue Orientali, uomo nel fior di ſua età,

(e) *Felic. Plater. obſ.* p. 28.

età, e di uno studio instancabile, divenne stupido e rimbambì. Cagione di questo accidente fu cert' acqua che se gli profuse nel suo cervello (*f*).

Nei consulti del Vepfero si legge la storia di un giovane in età di anni 22. il quale datosi giorno, e notte a perpetuo studio, caddè in delirio, e divenne ben tosto frenetico, e nell' accesso del furore ferì molte persone, ed ammazzò il suo custode (*g*). La stessa catalepsi, malattia tanto rara, è pure un effetto della troppa applicazione, e Fernelio ne scrisse una storia molto ben circostanziata. Un uomo, dic'egli, il quale passava la notte, ed il giorno a studiare, ed a scrivere, venne all'improvviso colto da questa malattia; tutt' i suoi membri s' irrigidirono, ed immobile stette nell'atto in cui lo colpì il male; restò sedente con la penna in mano e cogli occhi fitti sulla sua carta, di modo che lo si riputava attentissimo al suo studio; venne chiamato, e scosso, e se ne accorsero, che aveva perduto il senso, ed il moto (*h*). I sonnamboli ancora anno per origine questo dissipamento; in Lipsia vi fu uno studente di Medicina, datosi perdutamente per due mesi ad un assiduo studio, alterò talmente il suo sonno, che in qualunque tempo s' addormentasse, o fosse di giorno, o di notte, si levava, e si poneva ad istudiare, come fos' egli desto; scorreva i suoi scritti, dava di piglio al Dizionario Castelli, cercavane i termini, s' inquietava quando credeva di non averli ritrovati si compiaceva quando sembravagli di rinvenirli, scriveva eziandio con carattere

(f) Haller. element. physiol. t. 4. p. 317. *Si ritrova eziandio una storia molto bene circostanziata, ed interessante di questa malattia nella surriferita opera del Sig. Zimmerman, che per essere troppo lunga non posso quì inserire.*

(g) *Observat. de effectib. cap. obs.* 65. p. 327.

(h) *Pathol.* lib. 2. cap. 2. *oper. omn.* p. 506.

tere intelligibile, e se ne andava poscia a coricarsi a letto, ove continuava a dormire (*i*).

Fra i mali, che questi copiosi umori apportano al cervello, non si può passare sotto silenzio l'affezione ipocondriaca; dilatandosi le fibre del cervello, s'indeboliscono, diventano più floscie, ed incapaci di resistere alle diverse impressioni; il che forma il vero carattere dell'ipocondria nervosa.

§. XV.

La terza legge della Natura, in forza della quale le fatiche letterarie cagionano pure diverse malattie, è quella d'indurire la fibra animale col continuo esercizio. L'uomo che invecchia s'indurisce, e la vecchiaja è un induramento totale, negli operaj diventano incallite quelle parti, che col lavoro sono esercitate; nei Letterati succede lo stesso nel loro cervello, rendendosi spesse fiate incapaci di collegare insieme più idee, ed invecchiano molto prima del tempo. Ne' fanciulli è il cervello assai molle, nei vecchi è compatto, e queste due estremità impediscono egualmente, ch' esso conservi le oscillazioni, che gli suscita il pensiere. Prima di tutto vacilla la memoria, come osservò ancora Galeno (*k*), e questa è presaga della debolezza della ragione.

§. XVI.

Nè bisogna persuadersi, che le sole profonde meditazioni siano quelle che indeboliscano i nervi; basta solo, come osserva il Sig. Gunzio (*l*), di affaticare la vista per restare la vittima di mille malattie nervose. Non v'ha uomo, che asserire non possa quanto indebolisca la testa una lunga fissazione di occhi; ed io stesso l'ho sperimentato. Se dopo un accesso di febbre, o di altra malattia, innanzi che

---

(i) Bohn. *ap.* Haller. *thes. medic. pract.* t. 7. p. 439.
(k) *De loc. affect.* lib. 3. cap. 5.
(l) *Ad libellum* Hippocrat. *de humoribus* p. 211.

che io abbia ripreso forza, mi avvenga fissare per qualche tempo uno stesso oggetto, vengo assalito da vertigini, da moto al vomito, ed in tutto il mio corpo provo un senso doloroso di lassitudine, e di sfinimento.

§. XVII.

Coloro, che vorranno prendere le difese dello studio, ch' io non intendo di voler disapprovare, e che anzi credo necessario per provare, a quali malori si espongono coloro, che con eccesso vi s' immergono, mi citeranno molti, e molti Letterati, i quali sono arrivati ad una estrema vecchiaja sani di corpo, e di mente. Lo so pur io, io pure lessi le storie della vita loro; anzi io stesso ne ho conosciuti parecchi; ma tutti non anno la stessa sorte: pochi sono quegli uomini di così felice constituzione dotati, per potere impunemente incontrare fatiche così laboriose; e poi chi sa, se non ne avrebbero pagato il fio, se avessero continuato l'intrapreso corso, e non si avessero distratti con altro genere di vita? E' egli ben vero, che la maggior parte di questi grandi uomini, che furono i maestri dell' umano germe, giunsero al colmo dell' età: tali furono Omero, Democrito, Parmenide, Ippocrate, Platone, Plutarco, il Cancelliere Bacone, l' Aldrovandi, Galileo, Harveo, VVallis, Boile, Lochio, Leibnizio, Nevvton, Boerhaave: ma si può per questo concludere, che le fatiche dello spirito, quando sono trascendenti, non siano perniciose? Questa sarebbe una falsa induzione; potrebbesi soltanto presumere che nacque qualche uomo per questa sorte di eccessi, e che questa felice disposizione di fibre, che produce i grandi uomini, forse è la stessa, che quella, la quale conduce alla vecchiaja.

Mens sana in corpore sano.

D'altra parte considerare dobbiamo, che lo studio, che immortalò i grandi uomini, non era in forza di un barbaro stancheggio, quanto in forza

della velocità del loro talento. Qualche ora di placido ozio, le distrazioni, che porta seco un uomo celebre, l'esercizio, a cui erano obbligati per dovere del proprio stato; anno in loro riparato quei mali, che poteva proccaciar lo studio. Voi già lo avete dinanzi agli occhi, e voi lo nominate innanzi che io ve lo annunzi quel valente soggetto, il quale per più di cinquant'anni fu la delizia nostra, l'ornamento di questa Accademia, l'onore di questa Città (*m*): Egli fin da'suoi teneri anni coltivò le Scienze fino agli ultimi periodi del viver suo. Versatissimo era in tutti quegli studj, che lo scopo erano della sua vocazione, benchè vastissimi, e lunghi; non eravi scienza alcuna che a lui nota non fosse; tante scienze suppongono in fatti un infaticabile studio: tuttavia godeva di una prospera sanità; e noi stessi lo vedemmo giunto al decim'ottavo lustro, senz'aver perduto nulla della sua robustezza, del suo talento, della vivacità dei suoi sensi. Mi obbiettereste voi questo esempio? No, Signori, che anzi le circostanze della sua vita offeriscono un modello da essere imitato da tutt'i Letterati. Lui ben seppe esser sapiente senza dimenticarsi di esser uomo; seppe acquistarsi le più profonde cognizioni, e le più moltiplici, senza sacrificare alla scienza i proprj doveri, e senza mancare in verun conto agli obblighi del Cittadino, del padre, del professore, dell'amico, del membro della Società, come se non fosse stato che tutto Cittadino, tutto padre, tutto professore, tutto uomo di Mondo. Andava ei riparando le perdite del suo affaticato spirito coll'esercitare il suo corpo nella coltivazione dei suoi giardini; faceva l'uno, e l'altro con giovialità, e possedeva uno spirito ameno a fronte dei melanconici studj, quello spirito, che non si acquista se non commerciando cogli uomini per far loro del bene.

Se

(m) *M. Polier. Prof. di lingue orientali.*

Se osservare si voglia la condotta del vivere del Sig. di Fontanelle, il quale fra' Letterati visse una lunga vita, si resta egualmente convinto, che non altrimenti potè ei arrivare a così matura età senza malori, e senza incomodi, se non coll' accoppiare insieme le dolcezze della vita civile con lo studio delle Lettere. Queste vite non si assomigliano punto a quelle di certi eruditi, spezie di uomini appena noti agli antichi, i quali in tempo della decadenza delle Lettere pullulavano, e che si videro risorgere in tempo del ristabilimento di quelle, i quali, come l'edere ai muri, applicati ad un penoso studio, possono essere paragonati alli Fachir dell' Indie: come questi si separavano da tutto il genere umano, come questi si maceravano con loro infinito gusto, senza che ne ridondasse alla società il menomo vantaggio; fra' quali la distinzione consiste nelle diversità dei supplizi; alcuni di costoro si espongono agli ardori i più cocenti del Sole, ed ai freddi i più rigidi dell' inverno; si lacerano con chiodi, con catene, con fruste; gli eruditi poi anno per costume d' intisichire su i libri, ne' manoscritti, nelle medaglie, nei caratteri enigmatici, e darsi in preda sopra tutto ad una inerzia perfetta, ch' è la seconda sorgente delle malattie dei Letterati, delle quali se ne comprenderanno i funesti effetti, se un colpo d'occhio si dia alla struttura dell' uomo.

§. XVIII.

Il corpo umano è composto di pervj canali, dentro ai quali scorrono dei fluidi che perpetuamente circolano nelle loro cavità. Quando questi vasi nè troppo sono rigidi, nè troppo sono flosci, allorchè i liquidi anno la dovuta consistenza, che nè troppo celeri, nè troppo tardi trascorrono, l'uomo è in istato di sanità. Ma osserviamo un poco questo moto del sangue, ch' è quello che più quì fa a proposito per noi, se questo s' immuti, i solidi, ed i fluidi eziandio cangiano seco; se sia troppo forte,

s' ir-

s' irrigidiſcono i ſolidi, ſi condenſano i liquidi, ſe troppo debole, la fibra ſi rilaſſa, il ſangue ſi aſſottiglia. Tutto il corpo è formato dal chilo, ch' è il più leggero di qualunque altra parte di ſolido, o di liquido; il moto aduna, uniſce, addenſa le ſue molecule; e ſe il moto giunga ad indebolirſi, le parti del corpo non ſono più a portata di acquiſtarſi il grado di conſiſtenza, o di fermezza, che per eſercitare le funzioni loro è dovuto.

Il cuore è il primo organo del moto nel corpo umano, egli è quello, che mette in giro tutta la maſſa dei fluidi; ma non può poi fare tutto da ſe ſolo, perciò è che l' Autor della natura gli diede molti ſoccorſi, i quali ſe mancaſſero, ſi diminuirebbe eziandio la circolazione, per il che traggono origine tante malattie da queſto ritardo. Fra i ſoccorſi deſtinati ad ajutare la circolazione, ed aumentare l'azione dei canali, il moto muſculare n'è uno dei più attivi. Se ne reſta convinto di ciò, oſſervando il Chirurgo, che dopo fatto il ſalaſſo, per accreſcere il moto del ſangue, e quindi sbuchi con più forza, fa che il malato maneggi uno ſtucchio; e poi veggiamo quanto l' eſercizio accreſca le vibrazioni del polſo. Il principale effetto dell' eſercizio è di rinforzare la fibra, di mantenere i fluidi in uno ſtato convenevole, di ſtimolare l'appetito, di facilitare le ſecrezioni, e più di tutto la traſpirazione, di rimontare lo ſpirito, e di eccitare una piacevole ſenſazione in tutto il Siſtema dei nervi.

§. XIX.

Gli effetti all'oppoſto della vita troppo ſedentaria ſono l' indebolimento dei muſcoli, il renderli inerti, ed incapaci di tollerare il moto; tolto alla circolazione un tale importante ſoccorſo, ed abbandonata alla ſola forza del cuore, e dei canali, va ſempre più rallentando il ſuo moto nei vaſi minimi, e quindi paſſa ad arreſtarlo in tutto il corpo. Il calore ſi ammorza, gli umori ſi riſtagnano, e ſi

e si corrompono; altri si assottigliano, altri si condensano, sono tutti alterati, e non facendosi più a dovere le secrezioni, e l' evacuazioni naturali, il corpo resta impregnato di umori escrementizj, la di cui evacuazione regolare è la conservazione la più sicura di una durevole sanità: la loro acrimonia all' incontro a gradi a gradi altera tutto il corpo, mancando vanno le forze, il sangue diventa vapido; quinci fra gli altri mali nasce l' idrope, malattia tanto comune ai Letterati, e la quale spesse fiate assalisce il cervello istesso, come osservammo più in alto, e come non ha guari ch' io n' ebbi un esempio nella persona di un rispettabile Magistrato, il quale avea logorato una robusta complessione, non collo studio, ma con dei patemi di animo i più fastidiosi, e con una vita sedentaria.

Questo travaso acqueo nel cervello non isfuggì di vista ai grandi operatori; ed il Sig. Van-Svvieten ne descrisse gli effetti con esattezza non meno, che con energia: *I Letterati*, dic' egli, *che menano una vita inerte e sedentaria, i quali impallidiscono sopra i libri, sono soggetti ad una apoplesia, la quale deriva da questa cagione istessa, e la quale non giugne che a lento passo, e come a gradi. Dapprima si sentono languidi, cercano il riposo, e l' indolenza; il loro spirito diviene ottuso; la loro memoria s' indebolisce e vacilla; diventano poscia pesanti, e stupidi, e spesso restano in questo stato lungo tempo prima di morire. Con mia grande compassione ho conosciuti dei Letterati di prima sfera, ed i quali avevano prestato dei gran servigj alle scienza, ridotti a vivere a se stessi per più di un anno, dimenticarsi di tutto, e morire finalmente da un colpo apoplettico* (n).

(n) Tom. 3. p. 263.

§. XX.

Le parti che più se ne risentono della mancanza dell'esercizio sono quelle, i vasi delle quali per loro natura deboli anno il più di bisogno di essere ajutati per mantenere la necessaria attività al moto dei fluidi, tali sono gli organi del ventre basso, destinati all' importante funzione della digestione. Indebolito lo stomaco, si perverte eziandio la natura dei suchi digestivi, la digestione si fa più lenta, più penosa, più imperfetta, perciocchè diminuita essendo la forza digestiva, invece che gli alimenti vengano mutati in una buona digestione, restano quasi corrotti, come diverrebbero in ogni altro sito, in cui lo stesso grado di calore, e di umidità avessero da provare. I vegetabili sviluppano il loro acido, il quale coll' irritazione dei nervi cagiona del dolore, delle crudità, delle agrezze crudeli, che portano un ingrato senso di calore nel cavo dello stomaco, ed alla gola, dei tremori di denti ec. I grassi s'irrancidiscono, le ova, le carni s' imputridiscono, e vi cagionano dei principj di putredine, una sete ardente, una lenta febbre, continue diarce, debolezza totale, indicibile inquietudine. Quell' umore limpido, e saponaceo, che dai piccioli vasi dello stomaco geme di continuo, non solo si rende inerte per disciogliere i cibi, ma esso pure diventando spesso, glutinoso, acre, forma delle congestioni, che tolgono l'appetito, e fanno provare un senso di freddo, e di gravezza a questo viscere.

§. XXI.

Gl'intestini che sono dotati della stessa tessitura dello stomaco, vanno soggetti agli stessi inconvenienti, e l'azione della respirazione, che quando è forte nell' inspirare preme tutti li visceri del basso ventre, e che ajuta in gran parte la circolazione, quest' azione, dico, trovandosi diminuita dalla inazione

zione del moto muſcolare, che ſovramodo l'animerebbe, fa sì che tutti queſti organi ſi trovino indeboliti; ſucceda la ſtitichezza, ſorminſi, come nello ſtomaco, degli ammaſſi di materie mucoſe, miniera di tante infermitadi, alle quali vanno ſoggette le perſone ſtudioſe, come avvenne al celebre Giuſto Lipſio Profeſſore di Storia in Leiden, il quale benchè trattato dall'illuſtre Heurnio ſuo collega, ed amico, ſtette lungo tempo infermiccio, nè prima ſe ne liberò, che coll'evacuare una maſſa della figura, e del colore dei ſuoi inteſtini. Era queſta una pituita glutinoſa, e viſcida, frutto della di lui vita ſedentaria, e dei ſuoi ſtudj, la quale a poco a poco riempito aveva tutta la cavità del tubo inteſtinale; queſta pituita degenerata in putredine aveva sbilanciata tutta l'economia animale, e toſto che la cauſa venne tolta, ricuperò l'ammalato la ſua ſalute (o).

Gli eſcrementi in detta guiſa ammaſſati comprimono le vicine parti col loro volume, irritano gli inteſtini colla loro acredine, e le parti putride, che vi ſi ſviluppano, infettano tutta la maſſa degli umori; da quì anno origine le coliche le più crudeli, che ſono il flagello dei Letterati, e che tanto difficilmente ſi guariſcono, quanto maggiori ſono gli errori della regola del vivere, che li recidivano di continuo (p); quinci anno la loro origine i flati che ſi ſviluppano con tanta frequenza nelle perſone ſe-

(o) Adam *vita medicorum*, p. 372. *Fernelio oſſervò una malattia analoga alla ſurriferita in un Ambaſciatore foraſtiere allorchè dimorava in Parigi, il quale riſanò nello ſteſſo modo di Giuſto Lipſio coll'evacuazione di una enorme maſſa di muco indurato.*

(p) *Si legge nel* Giornale di Medicina, tom. 1. p. 352. *una ſtoria intereſſante di una colica crudele, cagionata da un lungo ſtudio, e da oſtinate veglie, la quale tratto tratto aſſaliva un ſoggetto.*

ſedentarie, ed i quali producendo dei ſintomi di varia ſpezie, ſi maſcherano il più delle volte ſotto le apparenze di altre malattie.

§. XXII.

Nè lo ſtomaco ſoltanto, nè i ſoli inteſtini ſono i viſceri mal affetti del baſſo ventre: tutti gli altri pure alterano le funzioni loro per queſta inazione, e quindi vanno ſoggetti a delle alterazioni conſimili. Il ſucco pancreatico ſi condenſa, e diventa inerte; s' alterano le funzioni della milza; ſi diſordinano gli organi inſervienti alla preparazione, e ſeparazione della bile, queſto liquore trattenuto oſtruiſce il fegato, s'inſpeſſa, s'indura, ceſſa di portarſi agl'inteſtini, e quindi manca nella ſeconda digeſtione, il chilo ſi ſtagna nei primi inteſtini, vi ſi corrompe, e queſta parte diventa la ſede delle più gravi malattie. La porzione di bile trattenuta nella veſcichetta del fiele, per ricevere una nuova preparazione, che la rende più attiva, vi ſi condenſa, e vi forma dei calcoli dinominati calcoli biliari, fonti delle coliche le più atroci, delle quali non è poſſibile la guarigione ſe prima non paſſino negl' inteſtini, e ſortano cogli eſcrementi. Quando ſiano queſti troppo groſſi per paſſare nel canale coledoco, o manchino forze baſtevoli per eſpellerli, e le circoſtanze favorevoli per facilitarne l' uſcita, o finalmente quando ſi ſiano queſti nicchiati in parti da non uſcirne, come in Sant'Ignazio Lojola, che li aveva ſituati nella vena porta (q), biſogna vivere tormentati, e morire con mille ſpaſimi. Se invece poi che la bile s' induri, acquiſta un grado di putredine, diventa forte, ed acre, valevole ad irritare, rodere, infiammare, ulcerare tutti gli organi, e produrre delle malattie le più ſpaventoſe, per-

(q) *Fu fatta l'apertura del ſuo cadavare dal Colombo celebre riſtauratore dell' Anatomia*. Van-Svvieten, tom. 3. p. 87.

perchè accompagnate d'angoſcie fieriſſime, a quali ho veduto ridotti dei Scientifici, i quali benchè dotati di gran forza di ſpirito, davano in diſperati traſporti, di cui ſe ne arroſſivano, quando loro giugneva un momento di calma.

§. XXIII.

Fra le malattie prodotte dalla vita ſedentaria dei Letterati, ritardandoſi la circolazione nei viſceri del ventre baſſo, e formandoſi un principio di oſtruzioni, ſi deve annoverare l'ipocondria. Si divide queſta malattia in due ſpezie, quella ch'è ſpecialmente nervoſa è l'effetto di una tenſione di fibra, come abbiamo veduto di ſopra; quella poi che deriva da un ingorgo di viſceri di baſſo ventre, e da una digeſtione cruda, ha per origine l'inazione, ed è facile lo ſpiegare, come queſte due ſpezie di malattia infeſtino i Letterati; ed è coſa tanto rara ve ne ſia alcuno, che vada eſente, come difficile n'è in loro la cura radicale (r). Gli eſempj di queſto male ſono cotanto frequenti, ch'è quaſi coſa inutile di qui riferirne. Se me ne ricercate alcuno, vi citerò Svvamerdam, quell'illuſtre oſſervatore della natura, il quale era talmente tormentato da atrabile, o bile nera, ch'appena ſi degnava riſpondere a quelli, che gli parlavano, e riguardavali fiſſi, rimanendo immobile. Quando montava in Cattedra, reſtava come una ſtatua, ſenza dare riſpoſta alle obbiezioni, che gli venivano fatte. Poco innanzi la ſua morte venne colto da un furore malinconico, ed in un acceſſo gettò alle fiamme tutti li ſuoi ſcrit-

(r) *Ci dimoſtra la ſperienza, che i letterati, benchè di gioviale temperamento forniti, diventano col lungo andare ottuſi, taciturni, pallidi, macilenti, e ſtranamente berſagliati dall' ipocondriaca affezione tiranna conſueta di gente ſedentaria.* Anton-Felici, diſſertazion epiſtolare, p. 203.

scritti, finalmente morì magro, e secco come uno scheletro, appena ravvisandosi in lui effigie d'uomo (*s*).

E' ben egli vero, che per costante osservazione questa malinconia è alcune fiate vantaggiosa pe' Letterati, e ciò per essere i melanconici fissati in una sola idea, considerano, e maturano lo stesso oggetto sotto i diversi suoi punti di vista senza la menoma distrazione. Ma non credo poi, che alcuno sia così privo di buon senso per desiderarsi a questo prezzo un poco più di attenzione. Troppo costa l' essere Sapiente col dispendio della propria salute; a che serve la scienza senza la felicità?

Ve ne sono per altro alcuni dotati dalla natura di uno stomaco atletico, di viscere di ferro, di una robusta tessitura di nervi, ed i quali possono impunemente incontrare le penose occupazioni dello studio, fare una vita sedentaria, e commettere qualunque eccesso senza alterare la loro digestione; ma perciò sono eglino più beati? Mai nò: anno i loro vasi di troppo sangue ripieni; le cellule riserbate per ripostigli al grasso, si strozzano, restano compressi gli organi interni in tutt' i loro lati; diventano infingardi, e grievi; sudano ad ogni menomo esercizio, e si sentono affannati; per lo più vengono colpiti di apoplesia, o si muojono da un cattarro soffocativo, o da altra malattia proveniente da una pletora: e venne osservato, ch' era alle volte una disgrazia per un Letterato l'avere sortito uno stomaco troppo forte (*t*).

§. XXIV.

Non avvi parte dell' umano corpo che indebolita non resti dalla vita sedentaria; allorchè il sangue resta una volta viziato, presto, o tardi attacca del suo

(*s*) Boerhaave *prælect. ad inst.* §. 896. t. 7. p. 275.

(*t*) *E' questa una osservazione del Lancisi*, de morte subitan. lib. 1. cap. 21.

ſuo vizio le parti che inaffia; la delicatiſſima ſoſtanza dei polmoni, primo viſcere a cui giugne il chilo, e che da ſe ſolo tanto ſangue riceve, quanto tutto il reſto del corpo, viſcere deſtinato a dargli una importantiſſima preparazione, bene preſto riſenteſi della ſua alterazione; ſi prova degli ardori di petto, dei dolori alle ſpalle, della toſſe, degli ſputi incomodi; i polmoni ſi riempiono di una linfa viſcida che li oſtruiſce, e ſpeſſo vi cagiona degli aſmi crudeli; vi ſi formano delle picciole infiammazioni, delle ſuppurazioni, delle vomiche; ſovraggiunge una lenta febbre, neceſſaria conſeguenza. Da una vomica di polmone morì il celebre Trigland, dopo dolori acerrimi; queſta malattia fu un effetto da una cacheſſia prodotto, che per ragione dei ſuoi ſtudj ſi aveva acquiſtata, e che non potè reſtare vinta per quanto ſi foſſe in quella occaſione adoprato il Sig. Boerhaave (u). I polmoni dello Svvamerdamio erano divenuti una vera cava di pietre, e prima di morire ne ſputò di parecchie.

§. XXV.

La pietra, e le malattie della veſcica ſono i frutti eziandio dello ſtudio sfrenato; Heurnio, Caſaubonio, Beverovic, Sidenamio, e tanti altri ne ſperimentarono i triſti effetti, ed ognuno ſa a quali dolori di queſto genere vada ſoggetto il celebre Antagoniſta delle Scienze.

§. XXVI.

L'impedita traſpirazione è pure un effetto della vita ſedentaria, queſta è la più importante, e la più neceſſaria evacuazione, la regolarità della quale tanto influiſce ſopra la ſalute. Paſſa l'umore perſpirabile attraverſa vaſi tanto minimi, e delicati, tanto lontani dal primo movente della circolazione, e così eſpoſti alle ingiurie delle impreſſioni eſter-

(u) *Markii* orat. funebr. in obitu *Triglandii*, Leid. 1703.

sterne, che se la forza della circolazione non viene ajutata dal moto muscolare, e se questo moto coll' accrescere l' azione dei vasi non prepara gli umori in modo; che le parti escrementizie siano atte ad essere espulse per i colatoj, loro destinati dalla natura; è quasi impossibile, che non restino alterate le funzioni; alterate queste, restano i soperchi umori stagnanti, e corrotti, infettano la massa di tutt' i liquidi, vanno a depositarsi in qualche organo, e vi cagionano delle flussioni, dei dolori, dei reumi, pituitosa affezione tanto propria dei Letterati, e di cui se ne lagnava Orazio, e che fa loro provare bene spesso, quando seguitavano lungo tempo a leggere, delle tossi, e dei strignimenti più, o meno violenti, delle febbri irregolari, senza che si possa attribuirle ad alcuna cagione esterna, e delle quali Galeno ci ha lasciata una storia molto toccante in un certo Premigene: *Questo illustre filosofo peripatetico, che la sua vita consumava nello scrivere, ed istudiare, e che male traspirava, era sicuro di avere in quel giorno un accesso di febbre se non si portava al bagno, con questo mezzo apriva l' adito a questo umore acrimonioso, che trattenuto gli cagionava la febbre* (x).

§. XXV.

Abbiamo osservato, che i lavori della mente indeboliscono i nervi; la quiete continua è capace istessamente di distruggerli, e questi effetti si ravvisano in coloro, il di cui spirito è torpido come il corpo. Sono questi i principali strumenti della macchina umana; disordinata che sia qualche funzione del corpo, essi soffrono il più, e la loro alterazione, quando altre cause sensibili non mi si offrissero, mi ha spesso fatto pronosticare qualche insorgente malattia, la quale bene esaminata da lontano, e sapendo quale fosse il germe, che la suscitava,

(x) *Galen. de Sanitat. tuend.* lib. cap. 11.

taya, con facilità la estirpava innanzichè vieppiù si avanzasse. E' cosa assai comune il ravvisare parecchj disordini dello stomaco dall' alterazione, che influiscono ai nervi; situati fra lo spirito, ed il corpo, portano questi la pena degli eccessi di tutte due queste sostanze, e partecipano all' uno i mali che trassero dall' altro; quindi è che per un vizioso circolo lo spirito nuoce al corpo, ed il corpo allo spirito, e che amendue tendono allo struggimento del sistema nervoso.

§. XXIX.

Il liquido seminale, che molti grandi uomini riputarono simile al succo nerveo, molto egli pure perde della sua attività; e se vogliamo ragionare su quel principio, che ogni parte del corpo paterno contribuisce alla generazione del figliuolo, si dedurrà eziandio la ragione perchè i figliuoli per lo più degenerino cotanto dal talento dei loro padri. La molecula animata, detta dall'Harvejo *punctum saliens*, nei suoi primordj non si sviluppa punto con gran forza; e questo senso di debolezza si perpetua tutta durante la vita, e tanto più sensibile negli organi della mente, quanto più difettoso fu il liquore prolifico non lavorato, e non preparato a dovere dal cervello del padre, perchè influire potesse nel figliuolo il necessario grado di vigore.

§. XXX.

Le cagioni tutte che pregiudicano la digestione, che tolgono ai nervi il loro elaterio, che impoveriscono il sangue, e che turbano tutte le separazioni, devono recare la debolezza; e questo appunto succede alle persone di Lettere. Quando H. Briggs pubblicò le sue tavole di Logaritmica, era intenzionato di continuarle, ma il dissipamento dei suoi spiriti era così grande, che le forze gli vennero

nero a mancare (y), nè si ritrovò più in istato di riaversi. *Sebbene*, dice il Sig. Fontanelle, *il Sig. Varignon fosse dotato di una soda e ferma sanità, pure tuttavia l' assiduo ed intenso studio gli causò una pericolosa malattia, tre mesi stette in pericolo della vita, e tre anni restò in un languore, che altro non era che una sensibile dissipazione di spiriti* (z).

Altri poi restano talmente snervati, che le loro carni diventano floscie, e molli, il loro polso assai debole, cotanto spossate le loro gengive che lasciano disalveare i denti senza dolore, e senza tarlo. Se sovraggiugne a questo senso di prostrazione di forze una malattia acuta, quasi sempre è funesta per le persone scientifiche; ed un famoso Medico Inglese con ragione ha osservato, che le malattie le più benigne pegli altri, diventavano per esso loro spesso mortali (*a*). La perdita delle forze porta seco durante la febbre una irregolarità nelle funzioni, che ne disturba l'ordine; passano gli umori bene presto ad un grado pericoloso di corruzione, dapprima s'ingombra il cervello, i rimedj punto non operano, le crisi non si effettuano, ed il malato privo degli ajuti della Natura, soccombe malgrado i soccorsi dell'arte. Un funesto esempio io n'ebbi nella persona del rispettabile Rettore, il quale ci fu rapito da immatura morte (*b*), ed al quale i pubblici voti promettevano gli anni di Nestore, il di cui temperamento restò la vittima di un laborioso studio. Nei primi momenti della sua malattia venne preso da cotanta deboleza, ch'

(y) Saverien *Hist. des progr. de l' espr. humain' ec.* pag. 460.

(z) *Nel suo elogio*, *Oeuvr.* Tom. 6. p. 94.

(a) Morton *de variolis*, *cap.* 6. *oper. omnia*, p. 382.

(b) M. J. Alph. Rosset *professore di Teologia*,

ch'io tosto al primo ravvisarlo perdetti ogni speranza di salute, e previdi la perdita lagrimevole, ch'era per fare nella di lui persona la Religione, la virtù, la Chiesa, la patria, la famiglia, questo ceto di giovani accademici. Ah! Miei Signori, lo sapete ben voi, quale Uomo, qual collega, quale amico ci fu tolto; simile a quel Romano, del quale Plinio ce ne ha lasciato il ritratto (*c*), la di cui vita fu santa, delicatissimo in adempire i suoi doveri per quanto moltiplici eglino fossero; dotato di bontà, e di dolcezza sempre uguale, rispettato da tutti, senza che alcuno paventasse di sua presenza; benchè inimico del vizio non odiava il vizioso; sapientissimo, eloquentissimo, i suoi discorsi pieni di materia, il suo stile fiorito, fluido, vario, e vi si scorgeva quella sublimità, che intenerisce i cuori, ed incatena la volontà; fu in vita l'estimazione di tutti, e ci lasciò con la morte dal più alto cordoglio trafitti: ma ritorniamo al nostro soggetto.

§. XXXI.

La contrazione dello spirito, e l'inazione del corpo sono i due fonti originarj delle malattie degli studiosi, ma non bastano questi; altri ancora me ne restano da indicare; ed il primo, che mi si offre agli occhi, è la positura in cui se ne sta l'uomo che studia, positura perniciosa alla salute. La piega che ricevono i vasi nell'alto della coscia, e sotto al ginocchio allorchè un uomo stassi sedente, rendono più difficile la circolazione negli arti inferiori, che col tempo restano pregiudicati: la curvatura poi del corpo preme i visceri del basso ventre, si turbano le loro funzioni, e quinci la digestione si altera ancora per tal causa: lo stomaco frequentemente compresso patisce, e questo meccani-

(c) Euphrates, *ved.* Plinii Cæcilii *Epist. lib.* 1. p 9.

canico irritamento unito alla tensione del cervello, ed alla vita sedentaria, rende i Letterati più che altra persona mai sottoposti a quella crudelissima malattia, che chiamiamo Cardialgia (*d*). Il sangue, che a grande stento si rinvasa nelle vene del ventre-basso, s'aggruma in quelle dell' ano, dove col suo peso egli gravita, e dove trova minore resistenza; quindi è che le persone di studio sono soggette alle Emorroidi, funesta malattia, che a gran torto venne creduta per lungo tempo una necessaria evacuazione, da tenersi aperta, e di cui finalmente illustri Medici ce ne anno fatto conoscere i danni (*e*), e che io stesso in altra mia opera ho annoverati (*f*). Hanno queste alle volte fatto del bene conforme le altre Emorragie; ma i pericoli, che le accompagnano, sono di tanta conseguenza, che tosto che se ne abbia il primo sentore, deve il saggio Medico prevenirle, ed io stesso ho ciò fatto sempre con fortunato esito.

§. XXXII.

Le vigilie pure possono essere considerate come una quarta cagione delle malattie dei Letterati; esse loro portano pregiudizio in più modi.

1. L' uomo che molto ha lavorato il giorno, eccede se continua il lavoro ancora la notte.

2. Quindi il tempo del sonno si ritrova molto ristretto, e perciò incapace di riparare le perdite.

3. Il sonno, che succede ad una lunga intensiono di studio, non è mai quieto, e tranquillo, non pro-

(d) Areteo, Celio Aureliano, Aezio *anno di già accennato essere questa una malattia propria de Letterati: leggete la erudita dissertazione del* Sig. Richter de Cardialgia. Gotting. 1750.

(e) *Leggasi l'eccellente dissertazione del* Sign. De Haen *Theses pathologica de Hæmorroidibus*. Viennæ 1759.

(f) *Epistol.* Zimermanno, p. 19. ec.

produce l'effetto che dovrebbe, poichè le fibre del cervello continuano tuttavia le loro oscillazioni, i pensieri si perpetuano senza poterne rompere il filo, non si dorme punto, o se l'uomo si addormenta, è un sonno lieve, ch'è piuttosto una mezza veglia, durante la quale la mente si affatica senza bisogno. Gli antichi di noi più saggj ne conobbero il danno, sapevano dividere il loro tempo fra le occupazioni, ed il sollievo; giammai la sera s'accignevano allo studio; ed Asinio Pollione, quel celebre Console, ed oratore Romano, il quale fu il primo che alzasse in Roma una Biblioteca, intendeva così bene il pregiudizio, che arreca lo studio vespertino, che dopo la decima ora non leggeva nemmeno le lettere, vale a dire due ore innanzi il tramontare del Sole (g).

4. Si oppone lo studio notturno alle leggi della Natura, la quale ha destinata la notte pel riposo: la qualità dell' aria più umida, più fredda, mal sana, colle tenebre, col silenzio, coll' esempio di tutti gli esseri, che anno vita, c'invita, al riposo; la maggior parte degli animali al tramontar del Sole s'avveggono della diminuzione delle loro forze, e si addormentano fino al ritorno di questo astro, il quale depura l'aria, e la rende salubre; moltissime piante si osservano passare in uno stato, per cui giustamente sembrano assopite. L'uomo dunque di Lettere sarà il solo, che veglierà la notte in compagnia delle fiere, e degli uomini tristi?

Sono cotanto notabili le male influenze dell'aria notturna sopra certi Soggetti, che il Sig. Van-Svvieten conobbe un artritico, che non poteva leggere nemmeno una lettera dopo il tramontare del Sole, senza accelerarsi l'accesso. La mala cosa ella è pure quello starsi a letto meditando, e quel coricarsi così tardi; ho già notato, che colla medita-

---

(g) Seneca *de tranquillitat. anim.* cap. 1. 5.

ditazione ſi determina maggiore quantità di ſangue al cervello, l'effetto viene facilitato dalla poſizione orizontale del corpo; il ſonno, che ne ſuccede, l'accreſce, e queſt'organo deve a viva forza riſentirſene dalla mala abitudine, ſiccome tutto il corpo ſe ne riſente del ſonno troppo ſcarſo prodotto dalle vigilie letterarie; s'indeboliſce il corpo; inſorgono violenti mali di teſta, i nervi ſi sfiancano, irregolari divengono i loro moti, s'intorbida l'ordine delle idee, ſi cade in un vero delirio, che potrebbe forſe eſſere ſgombrato da un placido ſonno, e tranquillo, ma come allora ricuperarlo? Fra tutte le funzioni diſordinate il ſonno è quello, che più malagevole ſi moſtra a riſtabilirſi; con diletto ſi profonde, e poi lo ſi piagne con dolore, e bene ſpeſſo inutilmente. Tengo ſotto agli occhi una lettera, ch'io ricevetti da una Dama in età di anni cinquanta, la quale in tale modo comincia la ſtoria dei ſuoi mali: *Io nacqui di buona compleſſione, ma fino dalla mia prima gioventù avvezzatami a paſſare gran parte della notte nella lettura, in età di diciotto anni mi trovai in uno sfinimento, che fu l'origine della mia cagionevole ſalute: io provai delle fluſſioni ec. e dei ſogni, dai quali fui ſempre tormentata, ed al preſente ancora lo ſono.*

5. I vapori delle materie graſſe, che ſi abbrugiano per riſchiararne le tenebre, accreſcono il danno delle vigilie, corrompendo l'aria, e nocevole rendendola agli occhi, ai nervi, ai polmoni; ſi minora il pericolo abbrugiando della cera, ma ſempre biſogna riſentirſene.

§. XXXIII.

L'aria rinſerrata, e reſpirata dalle perſone che converſano coi libri, è pure una quinta cagione, ſu cui non ſi riflette gran coſa, ma che molto influiſce ad aggravarne i mali; un'aria pura, aperta, campeſtre rinfreſca, dà della forza, una buona

cie-

ciera, facilita la respirazione, e la traspirazione; anima in somma tutta la macchina; non v'ha alcuno, che ciò tutto non abbia sperimentato in se medesimo, che non conosca, quanto questa aria utile sarebbe pei Letterati, i quali invece di approfittarsene passano anzi i loro giorni sepolti in un' aria, che per non essere di sovente mutata diventa grassa, vaporosa, senza elasticità, la quale anzichè rinfrescare riscalda, anzichè dare dello spirito aggrava, invece di fortificare nuoce, impedisce la traspirazione invece di eccitarla, e quinci aumenta i cattivi effetti delle cagioni perniciose ai Letterati. Se non si rinuova l'aria della propria stanza, si vive in mezzo alle impurità, alla corruttela; e quali sono quegli eruditi, che abbiano la cura di ogni giorno ventilarla?

§. XXXIV.

L'indolenza di questi Sapienti in proposito dell' aria, che respirano, spesse volte è la stessa in materia della loro persona; io ne conobbi alcuni, i quali trascuravano la pulizia a segno di conciliarsi la nausea di tutti, e così esporsi al rischio di incontrare tutti quei malori, che nascono dal lezzo, e dalla immondizia; questa forma una sesta cagione, che non si crede, e d'ordinario influisce sulla salute (h), e fra gli effetti più perniciosi della quale uno è quello d'impedire la traspirazione. I denti sporchi producono i loro inconvenienti; se non si nettano, restano incrostati di un tartaro puzzolente, capace di stomacare tutti quelli, che se gli approssimano, la saliva altresì si guasta, ulceransi le gingive, frequenti sono le flussioni, i dolori acuti, le infiammagioni, i tumori, le ulcere, in-

---

(h) *Abbiamo sopra questa materia una eccellente dissertazione del gran Medico di Allemagna* I. Z. Platnero, *dissertatio de morbis ex immunditiis*: Lips. 1731. *opuscul.* Tom. 1. p. 70.

infestano tutta la bocca, finalmente succede la perdita dei denti, privando così lo stomaco della masticazione, tanto importante per tutti, ma molto più pei Letteratti, come quelli, che per natura vanno soggetti ad indigestioni, ed i quali pur troppo devono rissentirsene per quel mal-abito, che anno essi di leggere mentre pransano, e di occuparsi subito dopo il pranso.

§. XXXV.

Questa settima causa più ch'altra mai infesta lo stomaco, nè alcuno, che se la procaccia, va esente dai danni. L'azione dei nervi è tanto necessaria per la digestione, che se ad un animale si leghino i nervi, che vanno allo stomaco, gli alimenti vi si putrefanno senza esserne digesti (i); quando l'anima si trova occupata, sospende tosto la distribuzione degli spiriti animali nel tempo appunto, che sono necessarj a questo organo, quinci pervertita ne resta la digestione; vi soggiorna il cibo lungo tempo, e male digerito, vi si sviluppa molt' aria che stimola lo stomaco, lo gonfia, e lo rende debole più che mai. Zilandro nella sua bella Lettera a Plempio in proposito delle malattie che sono l'appanaggio di chi esercita la Magistratura, molto bene si espresse a norma delle teorie di quei tempi: *che coloro, i quali di continuo distornano il calore dello stomaco per attendere alle occupazioni dell' anima, sono incapaci di digerire* (k); e lo stesso Plempio nella sua opera ci fa scorgere i danni provenienti da questo mal abito (l), che tutt' i Medici, i quali scrissero della Dieta, l' osservarono.

§. XXXVI.

(i) Halleri *oper. minor.* Tom. I. p. 359.

(k) *Questa Lettera scritta nel* 1662. *si ritrova alla testa dell' opera di* Plempio *de togatorum valetudine tuenda*.

(l) Pag. 110.

§. XXXVI.

Questo furioso trasporto per lo studio ridicolo egualmente, che biasimevole, il quale non lascia neppure loco al mangiare, ed al bere senza occupazioni, strascina seco un'altra imprudenza, che io la pongo come l'ottava cagione di queste malattie, qual'è quella di ritenere troppo lungo tempo le urine, e differire l'evacuazione. Questi escrementi troppo a lungo trattenuti si guastano, si assottigliano, irritano gl'intestini, o la vescica, alterano la loro sostanza mucosa, e vi fanno scoppiare delle acerbe malattie. I vasi minimi, dei quali piene zeppe ne sono tutte le cavità del corpo, assorbono le particelle putride che vi si sviluppano, passano nel sangue, lo guastano, e quello che è ancora più formidabile, i nervi diventati ottusi, non più obbediscono allo stimolo delle bisogna; spesso restano paralitici per la troppa loro tensione; la vescica allora, e gl'intestini non anno più forza di espellerne l'urina, nè gli escrementi (m), e l'arte si istudia in darno di provocarli. Alle volte si resta assalito da un'altra malattia, la quale benchè sembri totalmente opposta, pure riconosce la stessa cagione, e che non differisce dalla prima se non dalla diversa parte della vescica, che resta pa-

(m) *Notissima era a* Galeno *la cagione di questa malattia, anzi rapporta di avere conosciute parecchie persone, che per avere lungo tratto di tempo trattenuta l'urina, o fosse per esser elleno astratte nella meditazione, o fosse per trascuratezza, o finalmente per ritrovarsi nei tempj, nel senato, nell'arringo, a tavola, perdettero la potenza di espellerla.* De Symptomat. causis *lib.* 3. *cap.* 8. & de loc. affect. *lib.* 6. *cap.* 4. Charter. Tom. 7. p. 98. & 515.

ralitica, e questa è l'incontinenza di urina; ed io ebbi a consultare per molte persone, le quali per averle più del dovere trattenute, perdettero la facoltà di poterle più trattenere, ed uscivano loro involontarie; incomodo, che per sè, e per riguardo ancora agli altri è assai fastidioso. Ma puossi restare più gravemente punito di questa forzata ritenzione, e ad ognuno è noto il fine tragico dell' immortale Tichone Brahe, il quale trovandosi in carrozza coll' Imperadore Rodolfo II. che l'aveva colmato di sue beneficenze, ritenne lungo tratto l'urina, e colla sua propria vita pagò il fio di questa rispettosa sua sciocca vergogna.

§. XXXVII.

Nè ho difficoltà di riputare per nona cagione delle malattie dei Letterati la vita loro appartata dalla società degli altri, che sebbene sembri recar loro vantaggio, porta seco tuttavia i suoi essenziali inconvenienti. Gli uomini sono fatti pegli altri uomini; il loro scambievole commercio porta dei vantaggj, ai quali non senza proprio danno vi si può rinunziare; e con ragione fu osservato, che la solitudine produce un incomodo languore *n*). Nulla più contribuisce alla salute, che quella gioja animata dalla società, e che resta assopita dal ritiro, e questa causa morale della noja unita alle cagioni fisiche della malinconia, di cui ho parlato di sopra, perpetua nei Letterati una tristezza, che per loro è tanto funesta, quanto è vantaggiosa per gli uomini sociabili l'allegrezza; rende quella misantropi, fastidiosi, inquieti, disgustati di tutto, ch'è il massimo dei mali, mentre ci toglie la compiacenza di tutt' i beni della vita.

§. XXXVIII.

Io fin quì ho indicato le cause generiche delle malattie proprie dei Letterati; dirò brevemente di quel-

---

(n) Cicero de offic. lib. 3. cap. 1.

quelle, che anno per loro particolare ſcopo le loro occupazioni, e di quelle che ſono proprie di certi organi. Gli Anatomici vanno ſoggetti a febbri violenti, loro procacciate dall'ira infetta, che reſpirano, e ſono ſottopoſti a tutte quelle malattie, che ſono l'effetto di una bile corrotta. Il ſangue dei cadaveri, del quale anno ſempre intriſe le mani, rende alle volte li tagli i più leggieri, l'eſcoriazioni le più picciole, mortali. Le ſperienze chimiche ſono egualmente pericoloſe; più di un Chimico ne fu la vittima; lo ſteſſo Sig. Boerhaave reſtava ſoffocato da un vapore acido, ſe toſto non ricorreva ad un ſpirito alcalino, che per fortuna aveva fra le mani; col vapore del quale rallentò l'acredine del primo, e fece calmare lo ſpaſimo, che gli aveva cagionato ne' polmoni. Alcuni Botanici pure ſono reſtati morti nell'eſame di alcune piante; ma ſiccome tali accidenti appartengono propriamente ai mali degli artigiani; paſſo a dire di quelli, che attaccano particolarmente gli organi di coloro, che ſono occupati nello ſtudio.

§. XXXIX.

Gli occhi, come diſſi, ſono fra queſti li più logorati; dalla continua fatica ſi rendono ottuſi, s'infiammano ſpeſſo le palpebre, e l'eſterne parti dell'occhio; ed altre fiate reſtano danneggiati i ſodi nervi, ſenza che vi ſia altro vizio ſenſibile all'eſtreno: conobbi parecchie perſone, che nel fiore dell'età avevano gli occhi così ſenſibili, che tollerare più non potevano la luce, coſtretti a vivere, ed a leggere in camere tanto tenebroſe, che io non poteva diſtinguere nemmeno i caratteri i più rotondi; le candele più di tutto erano per eſſo loro inſoffribili, e non potevano il lume iſteſſo di un cerino ſopportare, e ciò a cagione della fiamma mobile, e del fumo che ſpargono. Ve ne ſono alcuni altri, i quali non giungono a leggere poche pagine, che loro dagli occhi ſtillano le lagri-

 me,

me, anno una vista fosca, ed in poco tempo più non distinguono chiaramente gli oggetti. Indebolita la vista dalla eccessiva mobilità dei nervi degli occhi, o sia per la troppo intensa lettura, o sia ella proveniente da causa diversa, produce dei fenomeni assai bizzarri; molto avrei che dire su di questo articolo, ma mi riservo in altra opera a diffondermi, e solo dirò qualche cosa sopra quelle scintille, che agli studiosi sembra di vedersi sfolgorare dinanzi agli occhi, e delle quali il Sig. Zimmerman, che per qualche tempo ne andiede soggetto, ne scrisse diffusamente, e con erudizione nella sua opera da me più volte citata. Queste si suscitano tutte le volte, che i nervi ottici senza essere affetti da sensazione alcuna esterna di fiamma, si ritrovano da lunghe impressioni talmente irritati, che moti simili, ed egualmente vivi essi provano, come dinanzi avessero realmente questo elemento.

§. XL.

Gli Oratori sono pur essi esposti alle malattie proprie della loro vocazione, e queste molto funeste: un leggere ad alta voce contribuisce molto a fortificare il polmone; io ho consigliato questo esercizio parecchie volte per difetto di digestione di stomaco: una forte declamazione, e sempre sostentata, durante la quale il respiro è posto alla tortura; diventa pregiudizievole al polmone, il quale s'irrita, si riscalda, s'infiamma, quinci nascono le raucedini, le afonie, gli ardori di petto, la tosse, i sputi sanguigni, le suppurazioni, le lente febbri, un totale rilasso di forze, per fino l'etisia; ed uomini cotanto utili si estinguono come una lampana, che non sfolgorò, che per illuminare gli altri. Cicerone corse lo stesso pericolo, e venne consigliato dai medici di rinunziare al foro per lo spazio di due anni; seguitò i loro consigli, si fortificò intanto col riposo, il quale gli rese la buona

na

na complessione, che coll' assiduo applicare e faticare aveva logorata.

I Predicatori, che altro impiego non anno nella Chiesa, che la sola predicazione, ne sono i più esposti; lo stesso si dica dei Causidici, che occupati sono nell' estesa delle loro cause, per poi andare a disputarle; in due modi tanto gli uni quanto gli altri deteriorano la salute loro, primieramente col loro assiduo lavoro, come gli altri Letterati, in secondo luogo colla declamazione; per la quale restano tanto più pregiudicati, quanto più accostumati i polmoni ad una lenta circolazione, effetto della loro vita sedentaria, non si ritrovano a portata di sostentare di così grandi sforzi.

§. XLI.

I grandi Attori sono esposti agli stessi mali dei Predicatori; l' immortale Moliere morì di uno sputo di sangue dopo di avere recitato in una sua Commedia con gran foco; altri pure incontrarono la stessa disgrazia facendo l' azione la più faticosa di una Tragedia.

Li Musici vanno sottopposti a mali di petto, ed i loro cadaveri dopo morte aperti fanno vedere i polmoni infiammati, suppurati, ulcerati. Il Sign. Morgagni ha osservato un giovine, che aveva una bellissima voce, il quale per troppo affaticarsi nella sua professione diventò tisico; se gli estese la piaga del polmone per tutta l' aspra arteria fino alla laringe, ed in fine alla gola, il quale restò soffocato nel fare degli sforzi per inghiottire un tuorlo di ovo (o).

I Curati, ed i Pastori di anime sono più felici dei Predicatori, e degli Avvocati, poichè coloro ancora, che sono dati alle Scienze, per dovere del loro ministero non possono di continuo starsene nel

(o) *De sedibus & causis morborum*, Tom. 1. pag. 228.

ro gabinetto. Li Medici pure procurando di restituire la salute agli altri conservano intanto la loro propria. Fortunati finalmente tutti quei Letterati, che obbligati sono a lasciare i loro libri per attendere ad altre occupazioni; il loro corpo in tal modo si esercita, e quantunque altro non facciano, che passare da una fatica all'altra, pure una tale diversità è per loro un sollievo.

§. XLII.

La declamazione può far nascere alle volte uno di quelli accidenti, ch'è l'effetto di una violente pressione degli intestini nelle troppo lunghe inspirazioni, i quali accidenti benchè non siano funesti, quanto i mali di petto, non lasciano tuttavia di essere pericolosi; tali sono le Ernie, o discese, alle quali tanto sovente soggetti sono gli Oratori, dalle quali però potrebbono premunirsi col mezzo di un cinto, del quale ne abbisognano indispensabilmente, quando queste sono fatte, e senza del quale si esporrebbero ad un manifesto pericolo, allorchè parlano con trasporto, e con forza.

§. XLIII.

Di tal fatta sono le malattie principali, che le persone attaccano dedite ad uno studio intenso, e laborioso; ma non bisogna poi persuadersi, che senza eccezione tutti ne restino la preda; dei temperamenti, delle età, del vario fortuito concorso delle circostanze la diversità produce degli effetti differenti di molto, ai quali non sarà fuori di proposito di porre un poco di attenzione.

§. XLIV.

Pochi sono quegli uomini, i quali dalla natura sortito abbiano organi cotanto perfetti, da godere di una esatta armonia in tutt'i loro membri; alcuno ne abbiamo sempre degli altri più debole, e questo appunto è quello, che il primo se ne risente delle forti impressioni di un studio laborioso.

o si abbia uno stomaco debole per natura, o per disordini della regola del vivere, se ne rissentirà questo organo dei travagli dello studio, quantunque i nervi si conservino nella loro naturale tensione; ed all' opposto coloro che deboli anno i nervi, e vigoroso lo stomaco, soggetti saranno a gravissime malattie nervose, avanti che si sentano lo stomaco scomposto.

Se le musculari fibre siano flaccide un pò troppo, si proverà una fiacchezza, una spossatezza, un abbattimento estremo di forze, innanzichè ci accorgiamo di veruna affezione di nervi, o di stomaco.

Quelli, che averanno il polmone male costrutto, incontreranno degli attacchi di petto da me sopramentovati, e si struggeranno con una etisia, o con una lenta febbre, senza provare alcun altro disordine rispetto agli altri suoi visceri.

Se poi abbia alcuno i vasi della testa difettosi, proverà dolori di capo, emorragie di sangue dal naso, alle quali vanno spesso soggetti i giovani, che troppo s' applicano allo studio; perchè, come dissi, il sangue si porta in grande copia al cervello mentre lo si tiene occupato.

L' istessa forza del temperamento porta seco i suoi danni: certi giovani di ottima costituzione si danno in preda allo studio con un trasporto infaticabile; con tale fortissima azione della loro anima, accrescono quella di tutti gli organi, ed assaliti vengono da malattie inflammatorie, effetto di uno irritamento soverchio nei vigorosi temperamenti. Alcune volte ne restano la vittima al primo attacco; d'ordinario però si rimettono; e se vengono curati bene, viene eziandio il loro temperamento a ripigliare il suo primo vigore; e col darsi di nuovo alle stesse occupazioni, ricadono nei medesimi mali, e spesso si osservano di tali giovani sani, e robusti, i quali innabissati in continui

ostinati studj, vengono ogni anno da febbre ardente colpiti, ed in capo di qualche tempo logori dalla fatica, e dalle febbri, si ritrovano snervati, ed indisposti con radicate malattie prodotte dal languore, per debellare le quali loro non resta più speranza alcuna.

§. XLV.

Le cattive influenze degli studj variano molto, rapporto eziandio all'età nella quale li intraprendiamo; un'applicazione troppo forte è mortale per i fanciulli. Io stesso ne ho conosciuti di questi frenetici per uno studio alla loro età non adattato, e con mio dolore ho loro pronosticato l'esito funesto, che dovevano fare; cominciano questi a dare saggj di un talento portentoso, e finiscono col diventare stupidi. Questa età consagrata esser deve agli esercizj del corpo, i quali lo fortificano, non a degli studj, che, oltre di snervarlo, impediscano il di lui accrescimento. Non può la Natura felicemente eseguire due rapidi sviluppi nel tempo istesso. Sono stati osservati dei fanciulli crescere cotanto a dismisura, come nelle Memorie dell'Accademia delle Scienze è stato scritto, che uno in Linguadocca in età di sei anni aveva una statura di un uomo il più grande: ma poi che cosa a loro succede? lo spirito loro resta in una perpetua infanzia; le forze eziandio col corpo troppo avanti il tempo acquistate si rallentano colla stessa rapidità dei suoi progressi, e questi fanciulli portentosi non oltrepassano per lo più l'età di dodeci, o tredici anni. Quando poi sia lo spirito che rapido si maturi, ed i talenti di buona ora si sviluppino, e loro si dia un' occupazione di studio proporzionata, il corpo resta senza accrescimento, non concorrendo più i nervi alla nutrizione, si ci sente abbattuto, e si muore con malattie da fieri dolori accompagnate, come ne abbiamo un esempio nel Sig. Filippo Baratier, il quale in età di otto anni sapeva

peva perfettamente la lingua Ebraica, la Greca, la Latina, la Francese, senza parlare della Tedesca sua lingua nativa, il quale in età poi di anni diecisette veniva riputato il più sapiente di tutta l'Europa; sino dalla sua prima infanzia andava soggetto a flussioni, ed altre indisposizioni; negli anni dieciotto poi venne assalito da una tosse fierissima; e nel corso dell' anno medesimo da molte altre malattie; perdette l' appetito, ed il sonno, e non si restituì in salute che dopo l' età di anni diecinove, ed alquanti mesi.

Ho veduto, dice il Sig. Boerhaave, *un giovinetto che ragionava di tutto, era un mostro di erudizione, ma il quale non giunse all' età di anni venticinque: un altro*, dice, *che conobbi così studioso, e letterato, che giorno e notte indefessamente si applicava, ed il quale in età di anni diecinove morì di pura consumazione senza altra malattia positiva*. (p). Voi altri poi conosciuto ne avete uno fra concittadini nostri, che aveva sortito dalla natura un ràro e rapido talento, col quale datosi totalmente allo studio, ed alla meditazione, e come quegli, che di spirito attivo, e penetrante era fornito, faceva progressi, in una età, che dalla natura viene destinata piuttosto a fortificarsi; per parecchi anni si ridusse in uno stato di languore il più compassionevole, e tristo; una ristrettissima dieta, e l'abbandono totale dello studio gli rendette qualche ombra di salute; ma dimenticatosi della mala costituzione delle sue forze, riprese i suoi studj, e nel fiore dell'età sua morì vittima di una incessante e studiosa fatica (r).

Nell'Avviso al Popolo in ho accennato, quanto a gran torto li contadini anno l' uso di caricare di fatiche i loro figliuoli prima di una soda età; ma

(p) *Pralect. ad instit.* §. 1056. Tom, 7. p. 346.
(r) *Filippo Loys di Chezeaux:*

ma quanto poi sono più perniciosi per i figliuoli quegli studj laboriosi, ai quali si fanno applicare? Quei barbari genitori, e maestri, i quali sforzano la gioventù a tali continue applicazioni, fanno come quei giardinieri, i quali per avere le primizie dei fiori, e delle frutta sforzano alcune piante coll'artificio ad accelerare la riproduzione, i quali prodotti di gran lunga sono inferiori e per durata, e per sceltezza a quelli, che sono a maturità lasciati venire, e nella loro convenevole stagione; un tale giardiniere viene encomiato, senza riflettere a tutte quelle piante che muojono sotto alle di lui mani, per essere sforzate dal violente artifizio. Non v'ha forse massima più crudele, e più irragionevole di quella violenza con la quale si obbligano i fanciulli a molto studio, ed il pretender da questi dei gran progressi; questa è la vera strada di distruggere in loro il talento, e la salute, e tutti quelli, che anno intrapreso il corso dei loro studj con tanto impeto, e furore, anno fatto più sforzo, che riuscita (f).

Mol-

(f) *Con mia compiacenza alla mente mi si risveglia l'ultima volontà di Anassagora, quel celebre filosofo, che il primo fu ad insegnare, che il mondo era opera di una Intelligenza. Perseguitato in Atene sotto pretesto di religione, gli convenne rifugiarsi in Lampsaco, dove era tenuto in quella stima che un tanto uomo meritava, essendogli stato eretto fino un altare. Poco innanzi della sua morte vennero a visitarlo i Magnati della Città, e lo interrogarono se avesse egli qualche ordinazione da fare: loro rispose, che solo bramava di essere esaudito in ciò, che tutti gli anni fosse concesso ai loro figliuoli il mese, in cui era morto, divertirsi a loro bell'agio. Ciò venne eseguito, ed il costume era ancora invalso al tempo di Diogene Laerzio.*

Bey.

Molto considerabilmente poi si aggravano i mali, che vengono ad assalire i fanciulli, quando si fanno applicare a degli studj, per li quali abbiano della ripugnanza; ed in tutte l'età, quando si venga sforzato a degli studj, ed occupazioni di testa, che siano disgustevoli, i mali cagionati dal fastidio in aggiunta a quelli di una intensa meditazione fanno perire in breve tempo l'ammalato; facendogli cangiare i disgustosi oggetti, si potrebbe tentare di salvarlo. *Io ho veduto come risuscitare*, dice il Sig. Boerhaave, *tutti quelli, i quali dopo essere stati obbligati a degli studj, per i quali avevano della ripugnanza, sono passati a degli altri di loro maggiore soddisfazione* (t).

§. XLVI.

Se gli studj troppo per tempo intrapresi sono nocevoli, non meno pericolosi sono quando troppo tardi vi ci applichiamo. La Natura poco a poco si accostuma, ed in certa età difficilmente si adatta a certa pratica, ed a certi usi; e quando un uomo è arrivato al fiore dell'età sua, senza aversi abituato alle letterarie occupazioni, è molto da temere, che le fibre del cervello facciano resistenza ai nuovi movimenti, che sono proprj di questo genere di vita, anzichè dal sentirsi affetto da irregolari vibrazioni, non venga assalito da un delirio. Nè sono poi cotanto rari gli esempj di persone, ai quali la ragione si sovvertì coll'attaccarsi fieramente allo studio in un tempo, che anzi dovevano rallentarlo. Io ebbi quì in paese poco tempo fa uno straniere, il quale in età di anni quaranta avendo abbandonato il commercio per darsi allo studio delle Scienze, si alterò molto bene il cervello colla lettura di Lochio, di Nevvton, di Clarckio ec. Col proibirgli ogni sorte di lettura, col distraerlo, colle amene conversazioni, coll'eser-

(t) *Prælect. ad Inst.* 1056. Tom. 7. p. 346.

esercizio, cogli opportuni rimedj l'ho intieramente ristabilito; ma non andò guari, che ripigliate avendo le sue Metafisiche speculazioni ricadde di bel nuovo: fui consultato ancora sopra un altro ammalato, il quale di cinquant'anni volendo diventare Fisico, e Geometra, diede in un eccesso di melanconia, non molto diversa da una furiosa mania.

§. XLVII.

Può essere altresì funesta una repentina folla di occupazioni, e la sola osservazione, che io rinvenni in tutta la grande opera del Sig. Pujati, è quella di un celebre Predicatore, il quale essendo stato inviato dal Generale del suo Ordine a predicare in una Città, dove il suo uditorio era formato da molte persone di sapere, fece tanti sforzi per risaltare, che restò colpito da una incurabile Epilessia.

§. XLVIII.

Pericolosa cosa ella è pure quella dell'applicarsi che fanno certi Letterati di età avanzata tutto ad un tratto a scienze diverse da quelle, che fino allora anno coltivate. Le nuove idee, nelle quali s'immergono, eccitano necessariamente nuove vibrazioni nelle fibre del cervello, ponendolo in uno stato di violenza, che indebolisce il sistema dei nervi. Conobbi io stesso un eccellente Teologo, il quale precipitò la sua salute col lasciare quei studj, ai quali si era accostumato, per darsi allo studio della lingua Ebrea; ed un altro Parroco meritevole per essere stato promosso da una cattedra di Teologia in età di cinquant'anni cadde in un languore, per cui morì; effetto del nuovo penoso genere di studio, al quale si era dato per sostenere con decoro l' importante suo impegno.

§. XLIX.

Se per lo più nocevole riesce a coloro, che sono in una avanzata età, il mutare genere di studj, non poco apporta danno eziandio la continuazione di una faticosa occupazione: pochi sono quegli uomini dotati dalla natura di un temperamento così felice, come lo fu Gorgia di Leonzio, il quale arrivò ai cento ed otto anni senza mai interrompere il corso dei suoi studj, e senza incomodo alcuno; come lo fu Isocrate suo discepolo, il quale nel novantesimo quarto anno scriveva i suoi *Panateni*, e che visse sino agli anni novantaotto; come lo è uno dei più celebri Medici di Europa, il quale dopo un indefesso studio di tutta la sua vita, e che al presente sia in età di settanta anni, non ha guari, ch'egli mi scrisse, che d'ordinario faceva ogni giorno uno studio di quattordeci ore, e che godeva della più perfetta salute. Tali esempj, ed altri simili non costituiscono una legge: e sarà sempre vero, che la continua meditazione nocumento apporta alla vecchiaja, e che ne affretta la morte. Immortale, non v'ha dubbio, è l'anima umana, ma finchè stassene col corpo immedesimata, segue le vicende della di lui costituzione, sembra ella nascere, crescere, ed invecchiare con esso lui (*u*). La mancanza delle forze del corpo ci avvertisce di sminuire le fatiche dello spirito; quando l'uno non può più portare lo stesso peso, non può nemmeno l'altro sostenere gli stessi studj; e le facoltà dell'anima diminuiscono a proporzione delle forze musculari. Pochi sono quei vecchj, che siano persuasi di questa verità, nè la vogliono sentire; tutti in questo proposito fanno la figura dell'Arcivescovo di Granata (*x*), ma non perciò è questa meno reale; e quelli, che sanno re-

(u) *Gigni pariter cum corpore, & una*
Crescere sentimus, pariterque senescere mentem.

(x) *Vedete il* Gil-Blas, Tom. 3.

regolare i proprj studj a norma, che la loro età s'innoltra, e che con questo metodo prevengono le malattie, e rassodano la loro salute, questi sono quei tali ancora, che possono un giorno ottenere la fama, alla quale aspirano:

Solve senescentem mature sanus equum, ne
Peccet ad extremum ridendus, & ilia ducat.

Horat.

Io ho osservato, diceva un Magistrato di Bruselles da me quì ancora citato, gli uomini i più vigorosi soccombere nella loro prima vecchiaja per volere continuare le medesime occupazioni dell'età loro virile; dovremmo imparare dal loro esempio: l'età nostra avanzata ci deve procurare la quiete, ed un ozio piacevole, il tempo è questo delle nostre ferie; bisogna insensibilmente andarci togliendo porzione delle nostre occupazioni, e finalmente abbandonarle, e dopo di avere la maggior parte delle occupazioni nostre sagrificate per il pubblico, egli è giusto, che il restante di nostra vita sia al nostro solo comodo assegnato: le leggi istesse ci suggeriscono questo metodo, ed osserviamo che queste nell' età di 65. anni liberavano dal suo incarico un Senatore, e gli concedevano di vivere a se stesso tranquillo (y).

§. L.

Nè i soli studj sono la cagione di tutti quei mali, dei quali io ne ho abbozzato la pittura, ogni tensione nel nostro cervello, che sia violenta, e che tutta richiami l' anima nostra, produrrà l' effetto istesso, come io già ne ho dato qualche esempio.

La divozione un poco troppo scrupolosa soventi volte distrugge totalmente la buona salute. Il Sig. Zimmerman ha raccolto sopra di questo particolare parecchie osservazioni interessanti, le quali al vivo dipingono la divota melanconia, i di cui sintomi sono

(y) *Epistol.* Plempio.

ſono aſſai bizzarrri, ſorprendenti, e crudeli; e pochi ſono que' Medici, che in queſto genere non abbiano oſſervato delle funeſte tragedie. La grandezza, la beltà dell'oggetto, in cui s'immergono, il traſporto, che ſeconda un'anima innamorata dell' Eſſere degli Eſſeri, eccita una così viva ſenſazione, la quale diſtende le fibre del cervello con tanta forza, che non è poſſibile di paſſarſela impunemente troppo ſpazio di tempo; ben preſto ſi ritrova l'anima ingolfata in un folle fanatiſmo, ed il corpo emacifato, e conſunto. Quante belliſſime giovani non ho io conoſciute, le quali a miſura che laſciati da parte i doveri del loro obbligo, per darſi unicamente alla contemplazione dell' Autore, il quale meglio onorare non ſi può, che coll'adempimento di quelli, quante, diſſi, non ho vedute emaciarſi, e conſumarſi? Voi, miei Signori, voi ſteſſi piagnete ancora la perdita di uno dei voſtri diſcepoli, il quale corredato dalla natura del più ſublime talento, di un'anima coſtante, e pura, e del più nitido candore; prometteva alla Chieſa nella perſona ſua un Paſtore del più alto merito fornito, il quale però fatto vittima di una ſetta di fanatici, a viſta di occhio ſcorgevaſi dimagrare il di lui corpo a norma, che la di lui anima vieppiù ſi andava invaſando.

§. LI.

Le occupazioni del Principato, quelle di un Miniſtro, di una Magiſtratura, tutte le ſpeculazioni aſtratte, tuttociò finalmente, che con violenza, e perennità eſercita le facoltà dell'anima noſtra, gli ſteſſi mali procaccia degli ſtudj i più ſerj, ed elevati. I Monarchi, i Senatori, i Miniſtri, gli Ambaſciatori, i progettanti vanno ſoggetti alle infermità medeſime dei Letterati, quando impiegano tanto tempo nella maturazione degli affari, come queſti nello ſtudio delle Scienze. Egli è ben vero, che godono per lo più queſti Miniſtri del vantaggio di eſſerne ſpeſſo

di-

distratti, ed esercitati, privilegio, che non godono i Letterati; ma da un altro canto tutte le loro occupazioni vanno unite a delle inquietudini, e cure, che loro procurano dei mali molto più crudeli di quelli, che dipendono dalla inazione, e le quali lacerano lo spirito, ed il corpo: così tutti coloro i quali resistono all'esercizio delle importantissime loro occupazioni, a tali occupazioni, che vanno mai sempre unite a forti straccj di cuore, sono per me fenomeni incomprensibili; Cesare, Maometto, Cromuello, il Paoli forse di loro più grande, anno senza fallo sortito dalla natura delle forze sovraumane, ed in onta di queste sarebbono stati soccombenti, se non avessero osservato le buone regole della sobrietà, e dell'esercizio. Ma troppo mi sono diffuso sopra i mali; egli è ben ora, che passi ad indicarne eziandio i rimedj.

§. LII.

La prima difficoltà, che vincere bisogna per giugnere a ristabilire la perduta sanità ai Letterati, è questa; convincersi che sono in errore: s'assomigliano essi agli innamorati, i quali danno nelle furie, quando loro si dice, che l'oggetto del loro amore ha dei difetti; d'altronde sono eglino cotanto per abito fatto intestati, e contumaci a lasciarsi persuadere, quanto può la buona opinione, che ognuno ha di se stesso, principalmente se sia invasato di qualche Scienza, farsi riputare incapace di errore. Avvertiteli, convinceteli con ragioni, pregateli, scongiurateli, per lo più egli è tutto bujo pesto; si deludono in mille guise da per sestessi; uno confida nel vigoroso temperamento; l'altro sulla forza dell'abito; quest'altro si lusinga di sfuggirla in bene, perchè male ancora non gli giunse; cert'altro autorizzerà certi esempj stranieri, che non provano punto per lui; tutt'in somma ostinati alle persuasive del Medico, si compiaciono delle proprie loro idee, e di queste restano per lo più la preda; e ben lungi dal prevedere i mali che

loro

loro sovrastano, che anzi non vogliono sentire il racconto di quelli, che anno attualmente, e reputano grandissimo male quel solo, che privi li rende delle solite loro occupazioni, nè fanno conto veruno degli altri, purchè possano liberarsi da quell' unico, che tanto li molesta. Quelli poi, che per contrario difetto giunti sono a tal grado di sensibilità, di temere di ogni cosa, e fino certi mali immaginarj, non si riesce con maggiore felicità degli altri, ed un pannico timore li rende mai sempre indocili, anzi con una instabilità, peggiore ancora dell'ostinatezza, non permettono al Medico di poter eseguire alcuna cura metodica; e puossi generalmente parlando asserire, che i Letterati sono le persone le più difficili da essere curate; e questa è una ragione di più che può servire a maggiormente persuaderli ad abbracciare quei mezzi i quali necessarj sono per conservare, e ristabilire la loro salute.

§. LII.

Primo preservativo sarà di passare dallo studio al sollievo, senza del quale tutti gli altri mezzi diventano inutili. Ristretto è il numero di quegli ingegni tanto sublimi, ai quali non si ardirebbe suggerire un tale consiglio, anzi un delitto atroce sarebbe il volerli distraere: Cartesio sprofondato nelle meditazioni le più astruse, per ispianare la strada, che gli uomini guida alla verità: Nevvton analizzando, e sviluppando le leggi della natura: Montesquieu intento a comporre un Codice adattato a tutte le nazioni, ed a tutti li secoli; devono questi grandi uomini essere rispettati nelle loro occupazioni, nati sono per queste ardue imprese, il bene pubblico lo esige; ma quanti sono gli uomini i studj dei quali interessino cotanto? La maggior parte perde il suo tempo e logora la propria salute; uno compilerà le più comuni nozioni, l'altro scriverà materie cento volte rifritte, un terzo occuperassi in quistioni le più ridicole, questo si stempra il cervello per comporre le cose le più sciocche, que-

gli a ſcrivere un'opera la più nojoſa, ſenza che alcuno rifletta al male notabile, che va incontrando, ed al poco di vantaggio, che recherà al pubblico; anzi che la maggior parte non ha punto di mira il pubblico, e divora i libri nella maniera iſteſſa che un paraſſito mangia le vivande per ſatollare il ſuo appetito, che pur troppo fa loro ſovente porre in non cale i doveri i più eſſenziali; ſgridateli, ſtrappateli dal loro gabinetto, obbligateli al riposo, ed al ſollievo, che ſolo può loro tenere lontani i mali, e riſtabilire le forze; potranno in queſta guiſa ritornare al loro ſtudio con maggiore traſporto, ed alcuni momenti conſagrati ogni giorno alla ricreazione dello ſpirito, e del corpo, potranno loro far godere una perenne ſalute, ed il tempo allungare dei loro ſtudj. Avviene, e non di rado, che in mezzo appunto alle diſtrazioni inſorgono alla mente le idee le più fortunate (z); uno dei più felici ingegni di queſto ſecolo ha compoſto le ſue immortali opere nei paſſeggj della campagna (a); l'anima ſi ſviluppa aſſai meglio in un'aria aperta, ed al incontro le pareti riſtrette del gabinetto la tengono oppreſſa; i balſamici odori, dei quali n'è pregna l'aria campeſtre, la ſollevano, quello delle lucerne la deprime, ed il paragone di Plutarco n'è giuſtiſſimo, *un poco d'acqua*, dic'egli, *nudriſce, e corroborra le piante; ſe in molta copia ella ſia, le affoga; così è dello ſpirito, le fatiche moderate lo rinforzano; e dalle eccedenti viene oppreſſo* (b). Se avvi mai caſo importante in cui prevenire ſi debba un male, egli è queſto certamente. Le malattie, che an-

(z) *Vegeta, & ſtrenua ingenia, quo plus receſſus ſumunt, hoc meliores impetus edunt*, Valer. Max. lib. 3. cap. 6. pag. 150.

(a) *Animus eorum, qui in aperto aere ambulant, attollitur*. Plin. Jun.

(b) *De educatione pueror*. cap. 12.

anno la loro ſede nel cervello, ſono malagevoli da eſſere radicalmente ſanate, ed a grande ſtento ricupera queſto organo le forze ſue primiere; più è un tale viſcere di grande importanza per un Letterato, più ancora è d'uopo di riſparmiarlo; ed a me ſembra, che tutti coloro i quali perturbano le loro facoltà con indefeſſe meditazioni, e che nella mentecataggine ſono caduti, facciano uno ſpettacolo abbaſtanza funeſto per aprire gli occhi di tutt'i Letterati, e perſuaderli nel tempo iſteſſo ad iſtudiare con più moderazione. Non ſiano dunque oſtinati cotanto in voler difendere il proprio errore, ed a troppo fidarſi della loro ſalute; gli eſempj che addure poſſono di altri tali, ſervono di laccio inſidioſo per eſſo loro; che non valutino tanto il loro buon temperamento, che poco curino gli effetti di un abito fatto, il quale rende bensì inſenſibile l'azione delle cauſe nocevoli, ma non ne diſtrugge perciò l'azione medeſima; che la buona ſorte di eſſere ſtati fino a queſt' ora eſenti da ogni male non li renda ciechi per non ravviſarſi d'intorno gl'imminenti mali, e ſappiano per fine, che mai impunemente ſi ci dà in preda di uno ſtudio inceſſante, e che per coltivare le Scienze ſenza precipitarſi la ſalute, è d'uopo di ſovente interrompere lo ſtudio colla diſtrazione.

§. LIII.

L'avere noi acennata la inazione come feconda cagione di quelle malattie, che l'oggetto ſono di queſta diſſertazione, è lo ſteſſo che dire, che uno de' più validi mezzi per conſervare, e reſtituire la ſalute dei Letterati è l'eſercizio; nell' articolo precedente abbiamo i vantaggj dimoſtrati di un aere aperto, i quali ſi accreſcono a diſmiſura, quando ſono accompagnati da un moto ſenſibile; l'unione di queſti due ſalutevoli rimedj facilita la circolazione, favoriſce la traſpirazione, rianima la forza dei nervi, fortifica tutti li membri. Ogni-

uno che per alquanti giorni si sia nel proprio gabinetto intrattenuto, si sente pesante la testa, caldi gli occhi, aride le labbra, certo incomodo di petto, certa tensione alla regione dello stomaco, più disposto a prendersi fastidio di tutto, che a provarne piacere, un sonno torbido egli prova, ed un peso, e strangolamento in tutto il corpo; se tali sintomi prendano piede colla di lui continuazione nella vita sedentaria, diventano la miniera di tutti li mali, che ho di sopra descritti; due, o tre ore di passeggio in campagna dissipano tutt'i mali effetti, e conciliano la robustezza. Tutti questi Letterati non sono ancora del tutto persuasi dell'influenza, che ha il corpo sopra dello spirito, quantunque uomini celebri l'abbiano appieno conosciuta (*c*); ed abbiano osservato ancora, che l'anima egualmente che il corpo era capace soggetto della Medicina. *L'anima*, diceva Cartesio, *talmente dipende dal temperamento, e dalla disposizione degli organi del corpo, che se modo alcuno vi fosse per accrescere il nostro acume, bisognerebbe certamente rintracciarlo nella medica Scienza* (*d*). Quanto da Cartesio è stato indicato, venne poscia dal Sig. Offmanno verificato, e questo gran pratico asserisce di avere conosciuto delle persone stupide, alle quali restituì il lucido della mente col far-

(c) *Avvi nelle opere di Mosè Maimonide uno dei più antichi Medici Arabi un passo notabile. La sanità, dic'egli, molto contribuisce alla cognizione, ed al culto della Divinità, avvegnachè l'uomo malato non può degnamente contemplare le opere della natura, è dunque assolutamente necessario, per quanto sta in lui, di sfuggire tutto ciò, che può recare nocumento al di lui corpo; ed all'opposto rintracciare quello, che può la di lui salute e conservare, ed aumentare.*

(d) *De methodo No. 6.*

farle esercitare col moto (e). Doverebbero i Letterati tutti assegnarsi una o due ore di esercizio al giorno, e questo dal Sig. Boerhaave viene prescritto innanzi al pranzo. Il semplice passeggio non è senza vantaggio, ma bastevole non è egli punto: abbastanza non potrei a tutti suggerire il benefico esercizio fatto a cavallo, questo rischiara la testa, disimpegna i lentori nel petto, e dissipa soprattutto qualunque imbarazzo nei visceri del ventre basso, malattia, come ho detto, tanto propria dei Letterati. Bramerei che questo nostro secolo, e la nostra posterità, riconoscesse dagli uomini di Lettere lo ristabilimento di quegli esercizj, i quali gli antichi per dovere intraprendevano, e che con loro grande vantaggio furono messi in pratica dai nostri antenati, ed i quali esercizj da tre, o quattro generazioni in poi sono stati talmente mandati in obblio, che fra pochi anni appena i nomi loro si ritroveranno registrati nei Dizionarj. La storia, che questi tali debbono avere molto bene studiata, ci somministra infiniti esempj dei buoni effetti dell' esercizio: Erodico celebre Medico, e Maestro d'Ippocrate, il quale inserì primo di tutti tra i fonti della Medicina la ginnastica, o sia l'arte degli esercizj, con questo mezzo ricuperò la sua salute, e, malgrado la delicatezza del di lui temperamento, arrivò all' età di cento anni; e se qualche volta ne ha fatto un uso troppo avanzato coi suoi ammalati, fu ciò un effetto di quell' entusiasmo, che provasi naturalmente per le nuove scoperte, delle quali non sì tosto ravvisare si possono i vantaggj tutti, e tutti li danni (f). Stra-

 tone

(e) *De motu optim. corp. medicin.* §. 9.

(f) *Prodico era fratello del celebre Retore Gorgia di Leonzio, il quale visse cento e sette anni, ed il quale si lasciava senza fallo condurre dai consigli di suo fratello.*

tone si ammalò con attacco di milza, una delle malattie proprie dei Letterati, egli non ne guarì che con l'esercizio (g). Hismoneo nella maniera istessa risanò di una debolezza di nervi. Infermiccio stette Galeno fino all'età di trenta e più anni, egli stesso ci lasciò scritto, che non potè la perduta salute riavere se prima non si è determinato di fare ogni giorno per qualche ora del moto. Socrate, ed Agesilao (h), i quali a cavalcioni di un bastone correvano sù e giù con i loro figliuoli, Scevola il gran Pontefice, Scipione, e Lelio, che nel giuoco della palla si addestravano, ed altri fanciulleschi trastulli facevano sulla sponda del mare a solo fine di rallentare la intesa loro applicazione, e conservarsi la propria salute la ilarità, e le forze, mi pajono esempj degni da essere proposti ai nostri Letterati, senza timore di offendere in alcun modo la loro dilicatezza, e con qualche lusinga, che non sdegnino questi d'imitarli. *Ella è cosa assai sorprendente*, dice Plinio il Giovine, *l'osservare quanto il moto, e l'esercizio del corpo anima lo spirito.*

La navigazione è un esercizio, che non è da proporre ad uomini di studio, la più parte di essi non sono nemmeno in istato di procacciarselo, ma è questo un rimedio eccellente per isgorgare li visceri imbarazzati, dissipare una rigogliosa bile, ristabilire la traspirazione, propiziare l'evacuazioni tutte, sicchè tutti coloro, ai quali torna in acconcio il poterne fare un buon uso, non dovrebbono trascurarlo. Conoscevano bene gli antichi l'im-

---

(g) *Vi furono molti Principi, ed uomini illustri di questo nome, questo quì è Stratone di Lampsaco sopranomato il Fisico.*

h) *Arundine equitavit ipse Socrates.* Valer. Maxim. l. 8. cap. 8.

importanza dell'esercizio (i); ed Ottaviano Augusto si serviva di questo genere di vettura navale più volontieri, che delle altre; come era egli uomo di Lettere, così alle infermitadi loro proprie andò soggetto (k). *Studiò egli per tempo*, dice il suo Storico, *e con avidità si esercitò nella eloquenza, e nelle belle Arti; fu sottoposto a malattie assai grandi; fu tormentato dai Reumi, dalle Flussioni, dal Caldo, da infiammagioni di visceri* (l); malgrado però, che egli provare dovesse le malattie, che sono l'effetto delle Scienze, più saggio però degli altri Sapienti pensava ancora alla propria salute; ed in tale guisa visse fino ad un età avvanzata.

Lo esercizio della carrozza sospesa sopra li cinti, e che scorta sopra una strada piana, non è di gran lunga diverso da quello, che prescritto viene a certi malati col mezzo di certe macchine inventate per farli scuotere. Questi sono ripieghi molto deboli, e da praticare solamente quando non si può fare di meglio; i Letterati però non si troveranno mai a mal partito giunti, se per tempo ai mezzi provvederanno di conservarsi in salute.

Gli esercizj, i quali io stimo i più valevoli, e che i più proprj sono per le persone di Lettere sono quelli, i quali esercitano tutto il corpo, come la Palla, il Pallone, il Trucco, il Maglio, il Volante, la Caccia, e le Piastrelle, le Palle da terra; ma sono tutti questi esercizj andati in decadenza tale in certi paesi, che i galantuomini si

(i) M. Gilghrisit *celebre Medico Scozzese sperimentò i buoni effetti della navigazione in malattie assai gravi, quindi ne fece un libro d'osservazioni intitolato*: On sea voyage.

(k) *Si quo mari pervenire posset potius navigabat*. Sveton.

(l) In vit. Aug. cap. 82.

arrossirebbero di applicarvisi; nè sono persuasi, che l'abbandono di questi utili piaceri è la cagione principale delle moltiplici malattie di languore. Sarebbe desiderabile almeno, che introdotti fossero nelli Collegj, che a dì nostri sono tanto moltiplicati per l'educazione della gioventù, e che la ginnastica, come lo era per il passato, fosse cura dei Direttori per tenerla introdotta, ed un divertimento per la gioventù; io comprendo con questa parola generica di gioventù ancora le donne, le quali così notabilmente alterano la loro salute, e la felicità della Società tutta.

§. LIV.

Ma infieriranno alcuni Letterati per difendere la loro inerzia, e produrranno gli esempj di alcuni pochi, i quali anno conservato la salute loro fino ad una matura vecchiaja, senza essersi punto esercitati; sull'esempio confidati delle donne, come ho detto, sebbene a gran torto, e su quello di molti artigiani sedentarj; ma si deludono da per sè allegando casi molto dissimili dal loro.

Se alcune femmine vi sono (avvegnachè comprendere non si può il maggior numero di esse) le quali vivano in buona salute senza fare mai uso dell' esercizio, anno elleno altresì soccorsi tali, i quali facilitano loro la circolazione, e dei quali i Letterati ne sono privi. La Natura le ha rese più sensibili alle idee piacevoli, che loro si presentano alla fantasia; le ha fatte più gioviali, e più allegre; ciarlano molto, e questo appunto è un esercizio assai proporzionato alle loro bisogna, esse mangiano per lo più assai meno degli uomini; non si stemprano punto con tante meditazioni, che ammazzano i Letterati; il loro sonno non si rende punto incomodo con forti idee, le quali dopo d'avere bene stancata la mente durante il giorno, seguono a tormentarla eziandio la notte; mille circostanze le più tenui, che ad un uomo ingol-

golfato negli affari del mondo non recano la menoma sensazione, sono per esse oggetti della maggiore rilevanza, capaci di mettere in moto le passioni, e fare in questo modo con più forza circolare il sangue senza affaticare gli organi. Che però se vi abbiano degli uomini ancora, che menino una vita sana sino ad una avvanzata età ad onta della loro inerte vita, questi sempre, se vorremo esaminarli, li vedremo dalla natura provvisti di quei vantaggj medesimi, dei quali la natura ha dotate le donne.

Per quanto riguarda poi alla vita degli artigiani sedentarj, s'ingannano a partito i Letterati se in proprio conforto li volessero richiamare; non anno eglino che una sola cosa, che sia ad ambedue comune, quale è quella di non moversi dal sito loro quanto d'uopo sarebbe; ed in ciò ancora vi passa una grande disparità fra loro, poichè l'uomo di Lettere tutta la vita sua se la passa sedentario, ed all'incontro l'artigiano compensa i danni della sua inerzia coll'esercizio, che fa li giorni di Domenica, e di tante altre feste, che in una parte di Europa sono un pò più d'una settima parte dei giorni dell'anno, e nel restante più della sesta. E considerando questi due generi di persone sotto qualunque altro punto di vista, vi troveremo una grandissima differenza; e di fatto se l'artigiano ancora non si muova dal sito in cui lavora, pure tiene in moto alcune parti del suo corpo; e questo moto in certe Arti è laborioso, e notabile, quantunque stiasi egli a sedere; col continuo picciolo movimento, che fanno certi altri, in capo alla giornata la somma di tutta la loro azione, benchè non bastevole per molti temperamenti a mantenerli sani, è tuttavia di gran lunga maggiore di quella dei Letterati. E poi se questo artigiano non rinvigorisce l'azione dei suoi nervi con uno esercizio convenevole, almeno non li consuma

sfuma collo studio; il suo lavoro gli concilia il sonno, che quello del Letterato glielo fa perdere; l' applicazione dopo il cibo non altera punto la sua digestione; il suo genere di vita è molto più semplice, si solleva colla sua vivacità, con il canto; nessuno di questi vantaggj è proprio dell'uomo di di Lettere (*m*).

§. LV.

Quantunque necessario cotanto noi riputiamo l' esercizio, ed il moto, non è perciò che vogliamo, che se ne abusi alcuno in modo, che col troppo farne di violento abbia poi a provarne pregiudizio, e danno: e prima di tutto non si diano essi così ad un tratto a un moto, che sia eccedente, il quale, invece di recare a loro del bene, non servirebbe se non a molto più snervarli, ad impoverirli di forza. Siccome sono eglino soggetti a dare negli estremi, così spesso non anno difficoltà di passare dalla vita la più inerte, e sedentaria, ad una attiva al sommo, ed esercitata; ed anno fitto in capo, che un moto eccessivo di pochi giorni possa supplire alla inazione nella quale si stanno gran parte dell'anno: questo è un ingannarsi a partito; non solo in tale guisa facendo fiacchi si ren-

---

(m) *La vita sedentaria di alcuni artigiani porta seco i suoi inconvenienti; la vita del solo uomo, che si affatica, è la più conforme alla salute; io però voglio provare, che la vita inerte di alcuni Letterati è la più esposta, e la più soggetta a mali gravissimi, di qualsisia altro genere di persone. Le malattie degli artigiani dipendono da quattro principj; dalla mancanza dell' esercizio, e dell' aere aperto; dalle abitazioni malsane, nelle quali soggiornano; le materie, che essi adoprano e che lavorano; l' affaticare di certe parti del corpo loro impiegate nei più penosi esercizj dell' arte loro.*

rendono, e spossati; ma eziandio corrono rischio di farsi scoppiare qualche vena coll' aumentare un moto, al quale non sono accostumati, come quelli che anno vasi dilicati e deboli, e quinci provare le più pericolose emorragie dal naso, degli sputi, e dei vomiti di sangue, come spesse fiate io stesso l'ho osservato. Seneca perciò con grande ragione escluse dagli esercizj proprj pei Letterati tutti quelli, che troppo dissipano gli spiriti (*n*); ed Omobono Pisoni Medico Italiano, il quale scrisse contro la circolazione del sangue, era persuaso, che un uomo che troppo affaticava il suo corpo con esercizj, non fosse poi capace di porre la necessaria attenzione alle occupazioni della mente (*o*).

In secondo luogo si deve usare una cautela, quale è quella di non sì tosto darsi allo studio dopo un esercizio notabile, è ciò per due cagioni diverse; la prima si è, che un corpo affaticato ha bisogno di riposo, e che l'azione dell' anima non è punto riposo, come pure la fatica dello spirito non è un riposo per il corpo; la seconda è quella, che ritrovandosi accelerata la circolazione del sangue dal moto fatto, ed essendo lo stesso cervello agitato da questo non ordinario moto, non si ritrova in istato di andare meditando sopra una ordinata catena d'idee, la chiarezza delle quali dipende moltissimo dalla tranquilità, e dall' ordine delle sue oscillazioni (*p*). Nè vi ha certamente let-

---

(n) *Nam exercitationes, quarum labor spiritus exhaurit, hominem inhabilem intentioni, ac studiis acrioribus reddit*. Epist. 15.

(o) *De regimine magnor. auxilior.* p. 378.

(p) *Vedi Platenere* de negotiosa actione propter valetudinem circumcidenda, *questa eccellente dissertazione, ripiena di utilissime cose, e scritta con eleganza, è uno dei pezzi più interessanti per tutti li Medici.*

letterato alcuno, il quale stato essendo obbligato dopo un moto trascendente a doversi applicare, che vacillare il capo, e da vertigni invasare non si abbia sentito, di modo che le idee, che gli si presentavano alla mente, non fossero in copia bensì, ma oscure e caliginose.

Importantissima cosa ella è pure in terzo luogo, l'astenersi da un moto troppo faticoso subito dopo il pranzo; la digestione non è nè una fermentazione, nè una dissoluzione, nè una triturazione, ma una operazione bensì, che di tutte tre queste operazioni partecipa, e che del riposo ricerca; ha essa bisogno dell'azione dei nervi, come abbiamo già detto, e patisce quando un violente esercizio la richiami altronde; non devono gli alimenti saltellare nello stomaco di continuo, avvegnachè questo saltellare ad ogni istante turba la cominciata azione della digestione: ed ecco perchè fra tutti gli esercizj che più perniciosi esser possono dopo il pranso, quello della cavalcatura è uno dei peggiori.

Per fine quando lungo tempo si sia stato inerte, e sedentario, è da persuadersi, che li primi esercizj riescono penosi, e sembrano recare più danno, che bene; Ma non bisogna perciò sgomentarsi; cominciare si può dagli esercizj i più moderati, con ciò si supererà a poco a poco quel disgustoso torpore, di cui uno non accostumato al moto se ne risente, e collo accrescere gradatamente l'azione, e la forza musculare, si arriverà finalmente a segno di potersi esercitare con minore fatica, e con notabile vantaggio.

§. LVI.

Così se gli uomini di Lettere osserveranno una congrua moderazione nei loro studj, e si daranno ad un moto un poco più attivo, isfuggiranno quei tanti malori, ai quali vanno soggetti; ma siccome non è da concepire troppa lusinga, ch' eglino osser-

servino i consigli, che loro si danno, così reputo cosa ben fatta d' indicare ad essi un metodo, il quale almeno in qualche parte tolga il fomite delle malattie, e che nel tempo istesso concorra a sminuirne il numero (q).

Si ritrova scritta in Ippocrate una generale prescrizione per i Letterati, come pure per altra gente, intorno alla quantità degli alimenti, che debbono prendere: *gli alimenti*, dic' egli, *siano proporzionati alla fatica* (r); *avvegnachè*, soggiunge egli in un altro luogo, *se le forze del corpo sono maggiori degli alimenti*, vale a dire se si digeriscono bene, *nudriscono questi, e danno del vigore al corpo; ma se la forza degli alimenti oltrepassa quella del corpo*, ch' è quanto a dire, se lo stomaco non sia valevole a digerirli: *producono questi un numero assai grande di malattie* (s). Plutarco si diffonde molto sopra questa reciproca proporzione, che passa fra l' esercizio e la quantità degli alimenti per la conservazione della salute, e se ne conoscerà l'importanza, se ricordare si voglia una verità, che ho di sopra mentovata, che la diversa azione cioè degli organi nostri attrae dagli alimenti succhi analoghi alli nostri umori, e li tramuta nella nostra propria sostanza. Se questi organi adunque, dei quali il primario è lo stomaco, troppo deboli sieno per potere una non a loro proporzionata quantità di alimenti, ed una troppo dura qualità digerire; invece questi di convertirsi in nostra propria sostanza, e di essere, come dicesi, assimilati, si putrefanno, come ho notato al §. 20. seguendo la propria loro dispo-sizio-

---

(q) *Vero è, che un letterato indefesso ne' studj, se usi un vitto regolato, innocente, e parco, prova più soffribili gli incomodi di sua professione.*
Felici dissert. p. 203.

(r) ω ο πονος εςι και η τροφη.

(s) *De locis in homin*, Foes. p. 421. ed altrove

sizione a tale; o tale altra spezie di corruttela, e restano come corpi stranieri, irritanti, senza recare nutrizione alcuna: ognuno dunque deve misurare le proprie forze, per distruggere le quali veggiamo quante cagioni che vi concorrono nelle persone di Lettere, le quali non possono di fatto lusingarsi di conservarle per molto tempo; e poi quando anche digeriscano bene, riflettere devono, che assai poco traspirano, e che appunto perciò è loro necessaria la sobrietà, per prevenire tutti quegli accidenti, delli quali ho fatto parola nel §. 23. Che si confrontino col robusto villano, e che giudichino poi se la dieta di entrambi può essere la stessa. Uno sempre esposto all' aria aperta, sempre allegro, che giammai affatica con lunghe meditazioni, che un sonno regolato, e tranquillo lo ricrea, che regolatissime sono le sue escrezioni, che vive sempre in una perfetta sanità; gli alimenti i più duri non lo caricano punto, avvegnachè è proveduto del bisognevole per bene digerirli; con i forti suoi denti comincia ei a farne la prima digestione, e questa esattissima, cosa non praticata dal maggiore numero dei Letterati, i quali senza tanto masticare trangugiano i cibi; la saliva, gli umori gastrici dello stomaco, quelli del pancreas, la bile, gli umori intestinali anno il più alto grado di perfezione, perchè appunto separati da organi sani, con forza, ed energia agiscono le fibre musculari dello stomaco, e degli intestini, non resta languida funzione alcuna, gli escrementi si evacuano agevolmente, il chilo resta assorbito senza obice nei vasi sanguiferi, che ben tosto lo convertono in un sangue puro, i di cui recrementi colle urine si evacuano, e colla traspirazione, ed il corpo resta in un perfetto equilibrio. Se ad un forte lavoratore se gli darà un brodo allungato, delle animelle, delle gelatine, del pollo, del pane di fior di farina, in poco tempo digerirà queste cose, sentirassi famelico e sfinito, caderà in debolezza, se tosto non gli si

arrechi del lardo, della carne affumicata, del formaggio, del pane bigio. Che si provi un uomo di debole complessione a nudricarsi di simili alimenti, che sentirassi lo stomaco traffitto da dolori, e da angoscia più fiera del dolore medesimo, proverà una fortissima indigestione, gli alimenti corrotti si tramuteranno in una spezie di veleno, capace di suscitare i più funesti accidenti. Il Boerhaave li ha già avvertiti di questo pericolo: *Vi sono*, dic'egli, *dei Letterati ghiotti in guisa, che si azardano di mangiare di quei cibi istessi, dei quali solamente ne fa uso la gente di campagna, e che per loro sono indigestibili: che si eleggano, o di rinunziare allo studio, o di cangiare regola di vitto, senza l'appigliarsi all'uno dei due partiti, incontrare dovranno delle fatali ostruzioni di visceri, come frutto della loro indiscretezza* (t).

§. LVII.

La scelta degli alimenti, e la loro quantità interessar denno l'attenzione di tutte le persone Letterate; poichè se peccano nell'uno, o nell'altro modo, nascono per lo più effetti molto sinistri; e se forzato alcun fosse a scegliere o qualità di alimento, o quantità, non ho esitanza veruna a francamente asserire, che piuttosto cibi in poca quantità, e grossolani, che dilicati, ed in grande copia scegliere dobbiamo.

Io non m'impegno per altro di quì estendere una serie minuta di tutti quegli alimenti, che vantaggiosi, o nocevoli essere possono: mi contenterò solcanto di mettere sotto gli occhi le classi generali di quelli, dei quali non se ne deve fare uso, e di quelli che potranno essere permessi.

Quelli, che non convengono, sono, 1. tutti gli alimenti grassi; aumentano questi la bebolezza delle fibre dello stomaco, rendono ottusa l'azione della sa-

(t) *Pralect. ad instit.* §. 1036. Tom. 7. p. 337.

ſaliva, debole per ſe ſteſſa, come pure l' azione della bile, e dei ſucchi inteſtinali, i quali ſucchi alterati, col rendere aſſai lenta la digeſtione, cagionano delle crudità di ſtomaco, e col corromperſi diventano acidi, ed attaccano queſte parti con ſintomi violenti, e con perpetuo irritamento.

2. Tutti li cibi viſcidi, farinoſi, fibroſi, ſono preſſo a poco della natura iſteſſa dei cibi graſſi. Queſte due claſſi comprendono le paſte graſſe, le fritture, le fritelle, le creme, i piedi degli animali ec.

3. Tutti quelli, che molta aria rinſerrano, e che giugnendo a ſvilupparſi non viene cacciata fuori, perchè rinchiuſa in viſceri deboli, vi cagiona dei gonfiamenti notabili, che mai ſempre accompagnati vanno con una torpedine di tutto il corpo, e ſopra tutto con tali imbarazzi di teſta, che tutte ſovvertono le funzioni. Quindi è che gli antichi ſconſigliavano l'uſo dei grani leguminoſi, e che Pitagora, quel grande partigiano del vitto vegetabile, proibiva ſoprattutto ai ſuoi diſcepoli di mangiare delle fave (u).

4. Le

(u) *L'aria, che dagli alimenti ſi ſviluppa, è uno degli agenti più validi della digeſtione; non ſi potrebbe vivere lungo tratto di tempo con degli alimenti, dai quali ne foſſe ſtata eſtratta l'aria, ma queſt' aria così utile, e neceſſaria, quando gli organi ſi ritrovano nel loro vigore, e quando la ſi ſviluppi a poco a poco, ed a miſura che deve ſervire all' affare della digeſtione dello ſtomaco, e degl' inteſtini, queſta iſteſſa e nocevole ogni qualvolta ſi fa una lenta digeſtione, poichè come ſi è detto, gli alimenti reſtano più corrotti, che digeſti, ed in conſeguenza l'aria ancora, che vi ſi ſviluppa, dev' eſſere in maggior copia, e volume; lo ſcioglimento degli alimenti ſi fa aſſai male, lungo tempo ſoggiornano nello ſtomaco,* quin-

4. Le carni di loro natura dure, ed indurite al fumo, o col sale, sopra le quali con troppo lentore agiscono le deboli forze digerenti e che perciò restano lungo tempo nello stomaco, irritano col loro peso, e con la loro acredine, col fermarsi vi si corrompono, e da questa corruttela si esacerbano sempre più gli irritamenti.

5. Tutti quelli eziandio, che sono troppo acidi, o che con qualche senso di agrezza stimolano con forza i nervi dilicati, e mobili delle persone di studio, le quali, come detto abbiamo di sopra, vanno soggette di molto all'acredine.

§. LVIII.

Gli alimenti i più convenevoli sono: 1. La carne tenera di tutti gli animali giovini, che sono in uso, trattone quella di porco, di oca, e di anitra. 2. Tutti li pesci con squamma, che hanno la carne soda, e tenera, o siano di mare, o di fiume, o di lago. 3. I grani cereali, quali sono tutte le spezie del frumento, la segala, l'orzo, il riso, l'avena; nè tutti li legumi sono d'indole malsana, e benchè siano più degli altri flatulenti, non ho tuttavia mai veduto, che un uso moderato di questi abbia recato nocumento a nessuno, quando non abbia totalmente la forza perduta dello stomaco. Fra questi grani, quelli che si fanno pilare, servono per uso di minestre, o con acqua, o con bro-

quindi lo stesso viscere si ritrova gravido di tutta quell'aria, che ripartita andava per tutta l'intera canna intestinale; l'aria di fatto più resistente delle pareti di questo organo non può venire eliminata dall'elaterio delle proprie fibre, ma stagnante in esso si rarefa sempre più per lo calore, gonfia a dismisura, e suscita degli acuti dolori; perverte la digestione, e pigiando i visceri tutti del ventre basso, ne disordina le funzioni, anzi alcune fiate delle infiammazioni cagiona.

brodo di carne, secondo le circostanze, e sono un alimento assai nutritivo, facile alla digestione, e di cui se ne fa caso in moltissime circostanze con ottimo esito. Il frumento, e la segala danno del pane, della qualità del quale mi riserbo più sotto a farne parola. 4. Le erbe, le quali non sono nè troppo rilassanti, nè troppo acide, le migliori fra quelle sono le varie spezie di cicorea. 5. La maggior parte delle radici usuali, che con la loro sostanza farinosa nudriscono egualmente dei grani, e che quasi tutte sono fornite di un zucchero assai dolce, ch'è un miscuglio di oglio, e di sale i di cui effetti sono assai salubri (x). 6. Il pane, ch'è la base universale del nutrimento di tutte le incivilite nazioni, e che in diferto di questo vi suppliscono molte nazioni con impasti equivalenti. 7. Le ova. 8. Il latte. 9. Le frutta. L'uso però di simili alimenti vieppiù salutare divenire può, se vi aggigneremo le seguenti osservazioni.

§. LIX.

Riguardo alle carni tenere, mangiare si devono od arrostite, ovvero alessate in poca acqua, poichè se si cuocano a brodo lungo, s'allunga ancora tutta la sostanza nutrizia, che si separa da esse, e per le fibre delle istesse carni restano esauste di buoni succhi, ed in conseguenza incapaci di dare vigore al corpo. Il bue tenero, il buon vitello, il montone pascolato in luoghi secchi, le galline, i polli; i capponi, quando non siano troppo grassi, i polli d'India, i piccioni; le pernici, le lodòle, sono vi-

---

(x) *Le radici tutte, delle quali se ne fa uso nelle cucine, sono fornite di uno squisito zucchero non guari allo zucchero della canna inferiore, e che da esse lo si può estraere non a grande stento; da ott'oncie di succo del sisaro, o della carota si cava un'oncia, e mezza di zucchero.* Margtaff Mem. dell'Accad. de Berlin.

vivande le più convenevoli alle persone dilicate, e quelle appunto alle quali dovrebbero starsene attaccati.

I pesci senza squamma, quelli di stagno, i troppo pingui, flosci di carne, che puzzano di fango, sono cibi malsani; e da non farne uso, il pesce più sano è l'alesso.

Le ova fresche, e poco cotte sono un alimento semplice, che punto non irrita, che nudrisce, che con facilità si digerisce, ma se fresche non sono, sono perniciose, e se sono cotte dure sono difficili da essere digerite: formano queste un cibo assai buono per coloro, che soggetti vanno alle agrezze: quelli che non possono digerire l'intiero dell'ovo, possono fare uso del bianco, il quale di gran lunga si digerisce più presto, e molto più è atto a rinvigorire le persone deboli (y).

Il Latte è un alimento più dolce, e più facile a digerirsi, conviene ei molto alle persone di Lettere, quando però non siano incomodate da agrezze di stomaco, o che unito non sia con cibi capaci di guastarlo, o che, per esser difficili alla digestione, troppo lo tratterrebbero nello stomaco, ove si putrefarebbe. Per prenderlo con vantaggio, bisogna farlo in un tempo, che la digestione degli al-

---

(y) *La sperienza ci ha insegnato, che il bianco dell'ovo è la prima sostanza alimentare del pulcino, il quale un pò cresciuto si pasce poi del rosso. Anzi se fede prestare si deve alle relazioni di alcuni viaggiatori, il rosso dell'ovo del* Tavon, *spezie di pollo marino dell'Isole* Filippine, *non viene giammai divorato dal piccolo uccello, il quale allo scoprirsi appunto del tuorlo si ritrova di già bello, e formato nella sua scorza; ora chi potrà conciliare con tali osservazioni l'opinione di quegli, che asseriscono, essere il suddetto rosso una parte dell'animale medesimo?*

tri cibi sia del tutto fatta, e questo si berrà o solo, od al più con un poco di pane.

Si può unire col latte il cioccolato, il quale deve essere annoverato fra gli alimenti piuttosto, che fra le bevande; è questa una decozione di una grana di due principj composta di una farina dolce, nutritiva, digeribile, e di un oglio pingue, amaro, penetrante: questo miscuglio forma un alimento, che prontamente ristora, e rinvigorisce, ma del quale poi non se ne deve fare abuso. Il cacao troppo nudrisce le persone sanguigne, accresce la quantità del sangue, lo riscalda; come alimento pingue cagiona alcune fiate peso allo stomaco, male si digerisce, leva l'appetito, costipa, e non conviene quando vi siano ostruzioni; alcune volte ancora diventa agro. Il Zucchero, che vi si aggiugne, lo rende molto più digeribile, ma certi aromati, come sono la vaniglia, e l'ambra, lo rendono insoffribile per certe persone, e noccevole per tutti quelli, che anno un temperamento caldo; il sangue dei quali è disposto sempre a fare degli attacchi alla testa.

§. LX.

Le frutta più usuali sono, le ciriegie, le fraghe, il framboè, l'uva, le more, le diverse spezie di prune, e di pesche, le pera, le albicocche ec. tutte queste non sono egualmente salutari, le ciriegie, le more, le pesche, le pera, l'uva meritano esser anteposte a tutte le altre, è ben vero, che come rilassanti, e facili ad agrirsi, devono esser tratto, tratto, e con parca mano mangiate dalle persone di Lettere, ma siccome fra quei tanti mali, che lo studio ad essi cagiona, uno dei più crudeli è la bile ristagnata; e lo di lei addensamento; diventano allora le frutta un rimedio il più atto a prevenirlo, ed a guarirlo ancora; dotate quelle di un succo saponaceo il più dolce, il più fondente, il più gustoso, nutritivo, corroborante,

man-

mantiene fluida la bile, toglie le ostruzioni, stimola il pigro moto degli intestini, guarisce la malinconia, che da ostinazione dipende di basso ventre, ed a quei Letterati principalmente è conveniente, dei quali ho fatto parola al §. 43. ed i quali vanno soggetti a febbri infiammatorie, a febbri lente prodotte da consunzione, e da una putrida acredine degli umori; sono sopratutto il vero specifico nelle malattie accennate al §. 22. le quali dipendono da una corrotta bile. Devonsi affatto proibire quando soggetto si vada ad agrezza, quando rilassati si trovano gli intestini, e lo stomaco, che fiacco n'è il corpo tutto, disciolto il sangue, snervate in somma le forze. Le persone ancora alle quali convengono, come quelle che anno lo stomaco vigoroso, devono pur esse avere una precauzione di prenderle in ora lontana del pranso, e quando anno lo stomaco vuoto, le possono mangiare, o sole, e con un poco di pane senza miscuglio di altri diversi cibi, e bevervi sopra dell' acqua, ch'è il loro vero mestruo, mentre il vino le indura, e le inagrisce.

§. LXI.

Nella scelta dei cibi vi sono tali precauzioni da osservarsi, che non possono essere ridotte a regole generali, ma che ciascuno potrà conoscerne le circostanze, quando più loro giovino, ovvero rechino nocumento. Alcuni digeriscono meglio la carne dei legumi, i quali fanno loro provare alla regione dello stomaco un senso assai fastidioso, e per questa ragione ne devono fare meno uso di essi; ma quelli, ai quali conferiscono meglio della carne, la quale fa loro una oppressione assai forte, dei sogni stravaganti, li rende malinconici, e febbricitanti, devono farne un uso copioso. Plutarco era di parere, che non avessero i Letterati a gustare mai carni, l'uso delle quali asserisce che toglie la penetrazione della mente; molti Filosofi dei più

celebri si potrebbono quì citare, i quali non ne hanno fatto mai uso di queste, quali furono Zenone, Plotino, Crisanto. Il Sig. Cocchi illustre Medico di Firenze diede alla luce su di questo particolare una interessantissima dissertazione (z); ma io credò però di dovere quì confessare, che molti e gravi inconvenienti sarebbero per succedere ai Letterati, se al solo vitto vegetabile li volessimo determinare. Galeno, Seti, Plempio vanno d'accordo in asserire, che li pesci di fiume sono un alimento assai proprio, e sano per li Letterati; non caricano come le carni. Conobbi dei Letterati, i quali provavano delle agrezze ogni qual volta mangiavano pane, e che perciò erano sforzati a prenderne in poca quantità. Le ova pure sono un cibo alle volte non molto confacente allo stomaco, nè si sa la ragione, così pure dicasi del latte; che però per l'uso di tali alimenti bisogna consigliarsi col proprio stomaco.

§. LXII.

Benchè i condimenti i più semplici siano i più sani, non è perciò ragionevole di bandire ogni sorta di salse dalla cucina dei Letterati. Le fibre deboli del loro stomaco, l'azione delle quali non viene animata dal moto, anno d'uopo di un qualche leggero stimolante, che le susciti dal loro torpore, tale è il sale, il zucchero, gli aromati dolci come la cannella, e la noce muschiata, e più di tutto le piante aromatiche, che noi coltiviamo nei nostri giardini, come sarebbe il timo, la maggiorana, il basilico, il cerfoglio, il finocchio, ed altre di tale natura; si abbandoneranno tutti quei condimenti soltanto, i quali impregnati di un olio, o di un sale assai irritante durano troppo tempo nello stomaco. Tutte lo persone di Lettere dovrebbero,

(z) *Del vitto pittagorice per uso della Medicina.* Firenze 1744.

sero, come faceva Orazio, odiare l'aglio, non fare mai uso di mustarda, nè di pepe, le quali cose sono gravide per così dire di un olio essenziale ardente. Così pure esiliare tutte le salse troppo dolci, come quelle che servono pur troppo ancora esse ad irritare, ed inconseguenza ad accrescere il moto del sangue, il quale poi logora più presto gli organi, ed accorcia la vita.

§. LXIII.

Una delle più importanti regole della dietetica; che molto influisce sulla salute di quelli principalmente, che anno lo stomaco più debole, è quello di vietare il miscuglio delle vivande di varia spezie, e di farne uso di tre o quattro sorta al più per ogni pranso; quegli poi che si attaccasse ad una sola sarebbe molto meglio; ed io conosco un vecchio di molti anni, che fino dagli anni quaranta essendo molto cagionevole, si è imposto una inalterabile legge di non mangiare altro, che un solo piatto, e così facendo pervenne all' età di anni novanta, godendo una intiera salute, uno spirito vivace, perfettissimi sensi. Se si facesse un riflesso a quella prodigiosa quantità di cibi, dei quali vanno imbandite certe mense, di cose in spezie tanto diverse, delle quali in poco spazio di tempo si ci carica lo stomaco, vedremmo che pochi usi più ridicoli di questo vengono praticati, e se osservassimo le conseguenze, comprenderemmo ancora che non ve n'ha uno più funesto. Orazio istesso ci dia lezione sopra questo articolo, i consigli del quale saranno forse più volentieri ascoltati, e con più fede di quelli di un Medico: *Osserviamo*, dic'egli, *quali i vantaggj siano della frugalità: In primo luogo con questa viviamo sani. Per esserne convinti, basta rammentarsi alcuno di quei semplici pasti, dopo del quale si ci sia sentito stare assai bene; richiamiamo altresì alla mente uno di quei banchetti, dove si abbia mangiato un mis-*

miscuglio di vivande lavorate in manicheretti, di arrosti, selvatici, pesci, il quale si tramuta in bile, che con una viscida pituita arreca allo stomaco mille disturbi (*a*).

§. LXIV.

Quantunque però salubri, e semplici siano quei cibi, dei quali sogliono nudricarsi le persone Letterate, come quelle, che intente soltanto al genere del proprio studio, mangiano come sarebbe una macchina, senza masticare, come ho già notato, tolgono in questo modo uno dei vantaggj più notabili per la digestione. Nessuna cosa agevola più la digestione dello stomaco quanto l'esattamente masticare; in questo modo s'impastano i cibi con maggiore quantità di saliva, mestruo tanto possente (*b*), di questa impregnata ne resta la massa degli alimenti, e ne accresce il volume col minutamente dividerli, e renderli in tale modo più in istato di essere penetrati dalli succhi dello stomaco; più pronta divenendo la loro dissoluzione nello stomaco, vi soggiornano poco tempo, si digeriscono, non si corrompono, quinci nè lo stomaco viene irritato, nè le sue funzioni alterate, cosicchè quando la prima digestione sia fatta a dovere, tutte le altre separazioni pure si fanno con felicità, e prontezza. La masticazione porta seco due altri vantaggj, il primo che mangiando meno si resta egualmente nudrito; in secondo luogo contribuisce a mantenere i denti sani; in una parola tanti sono i vantaggj, che ne risultano per suo mezzo alla conservazione della salute, che non possono essere descritti quanto basta, come non avrei termini suf-

(a) *Accipe nunc, victus tenuis quæ quantaque secum*
Afferat. &c. Satyr. 2. lib. 2.

(b) Macbride *experimental essays*, p. 15. 54. ec.

sufficienti di spiegare quanto a gran torto venga da alcuni trascurata.

§. LXV.

Siccome i Letterati digeriscono assai lentamente, così non è proprio per loro il mangiare troppo spesso, poichè v'ha differenza fra uno stomaco che si trova mezzo carico di alimenti non ancora digeriti, e che perciò ha bisogno ancora di ripigliare forza, ed un altro, che avendo completa la sua digestione, si ritrova rinvigorito, e tutto all'intorno umettato di succhi gastrici, che stanno attendendo nuovi alimenti; lo stomaco nello stato primo con nuovo cibo si altera, perchè disturbato con questo dalla sua incominciata digestione; quinci ognuno vede quanto importa per i Letterati lo mangiare ai tempi debiti; nè sarebbe per loro tanto poco se facessero tre pasti al giorno, due assai leggieri, ed un altro un pò più carico. Conobbi io alcuni, rovinati lo stomaco e la salute dallo studio, ristabilirsi coll' osservare solamente un esatto metodo, che io loro consigliai di alimentarsi con tali cibi, e nella quantità, che credetti fosse per loro la più convenevole. La mattina quando si rizzavano dal letto bevevano un bicchiere di acqua fredda, facevano un poco dopo la collazione, poscia passavano alle loro occupazioni, e vi stavano lo spazio di quattro o cinque ore, quinci andavano un poco a ricrearsi coll'esercizio lo spazio di un'ora, e dopo un breve riposo andavano al pranso. Le prime ore subito dopo il pasto erano destinate ad un piacevole passeggio, ed a qualche altro dovere della società, che non stancheggi il corpo, ne affatichi lo spirito; si occupavano pure alcune altre ore nel dopo pranzo, e cenavano assai semplicemente, cosa molto importante per la salute dei Letterati, e ciò per più ragioni. La prima si è, che portando il sonno più sangue alla testa, è cosa molto pericolosa l'accrescere la pienezza dei vasi col troppo cibo innanzi di

coricarsi (c); la seconda può essere dedotta dall' azione dei nervi di molto sminuita durante il sonno, la digestione pure ne resta alterata, come dipendente in gran parte dall'azione medesima; essendo in terzo luogo assai lieve il sonno delle persone di Lettere, se nel loro stomaco vi sia un carico di alimenti troppo eccedente, vi eccita un senso di irritamento, che, col tenere i nervi in una perenne azione, turba assolutamente il riposo; non si resta svegliato perchè manca la forza, non si può godere di una calma tranquilla di riposo, ed in questo stato si ci trova rifinito, e stanco con pregiudizio della salute; questi disordini tutti prevenire si ponno con una cena frugale, la quale, a guisa di quelle di Platone, sia grata, o nel giorno appresso eziandio, e lasci sano il corpo, e libero lo spirito; mentre all' opposto una cena troppo abbondante lascia la testa torbida, e confusa, affaticato il corpo, abbattuto lo spirito, ed incapace di profittevolmente occuparsi.

Vides ut pallidus omnis
Cœna desurgat dubia? quid corpus onustum
Hesternis vitiis animum quoque prægravat una,
Atque affigit humo divinæ particulam auræ.
Alter ubi dicto citius curata sopori
Membra dedit, vegetus præscripta ad munia surgit (d).

Ho

(c) *Da parecchi fenomeni sappiamo, che i vasi del cervello restano durante il sonno più di sangue innaffiati, fra quali il più patente è quello che si osserva in molti fanciulli, e negli adulti ancora, i quali vanno soggetti dormendo ad un certo stritolare di denti, che più forte si sente quanto più abbondante è stata la cena.*

(d) *Osservate le faccie pallide di coloro, che si al-*

Ho avuto incontro di conoscere alcuni Letterati, i quali ristabilirono la loro rovinata salute col fare uso di un poco di latte per cena. Ma non sarebbe egli ancora meglio, mi obbietterà alcuno, se niente si prendesse da cena? Alcuni di fatto praticano questo uso, e vivono sani, ma non perciò convenire può ad ogni altra persona di lettere, poichè avendo certuni lo stomaco sensibilissimo, e di dilicatissimi nervi fornito, se di molto si stiano senza il ristoro di un poco di cibo, i succhi gastrici acquistano un' acredine, che per non essere inzuppati negli alimenti, irritano i viali dello stomaco, e basta questo irritamento per togliere dagli occhi il sonno.

§. LXVI.

Coloro ai quali piace il fare una lauta cena, non saranno molto persuasi di questi precetti, anzi li riputeranno troppo austeri, nè mai da alcuno praticati, e che forse ancora pericolosi essere potrebbero se si volessero esattamente osservare; è cosa agevolissima il recare sotto ai loro occhi quantità di esempj, i quali provino, che una sobrietà, ancora della qui da me proposta più rigorosa, fu mai sempre l' unico mezzo di mantenersi in salute. Augusto, che soggetto andava, come abbiamo accennato, alle malattie

---

alzano da lauti pranzi. Ma di più, il corpo stanco dalle veglie notturne intorbidisce lo spirito, e materializza questa scintilla di divinità, quest' aura, che ci anima; l' uomo sobrio allo incontro va a coricarsi, si addormenta, e si alza rinvigorito per ripigliare le sue occupazioni. Horat. Sat. 2. lib. 2.

Teofrasto pure ci avverte, *che lo mangiare a sazietà, e lo caricarsi di carni indebolisce la ragione, rende ottuso lo spirito, e fa contraere una spezie di stupidità.*

lattie dei Letterati, fu un modello di sobrietà, e se ne stava alle volte con pochissimo cibo (e). Paolo l' Eremita, S. Antonio, Arsenio, S. Epifanio, e tanti altri solitarj di lunghissima vita, passarono tutti l' età di un secolo, nudricandosi puramente di pane, di datteri, di alcune radici, di frutte, e di acqua. Galeno istesso rinvigorì il suo temperamento coll' esercizio, e colla sobrietà. Bartolo quel celebre ristautatore del Jus civile, che viveva nel secolo decimoquarto, fu il primo, se io non isbaglio, che pesasse gli alimenti che prendeva, li ridusse ad una assai scarsa quantità per conservarsi in ogni tempo lo spirito egualmente attivo nella occupazione dei suoi studj, ai quali si era dato in preda con tanto trasporto, che pochi n' ebbe dei pari (f). Uno per altro degli esempj il più sorprendente, ed il più istruttivo nel tempo istesso in genere di frugalità, fu quello di Luigi Cornaro Patrizio Veneto, di una famiglia antichissima, che tanti Dogi diede a cotesta Repubblica, il quale in età di venti anni venne assalito da mali di stomaco. da dolori ai fianchi, da una disposizione di umore artritico, e da una febbre lenta, ad onta dei molti rimedj visse fino ai quaranta anni in una infelice salute; fu allora che abbandonati tutti li rimedj si die-

(e) *Minimi cibi erat.* Svet.

(f) *Abbiamo nella vita di Bartolo un annedoto assai toccante in proposito di coloro, che trasmodatamente si danno allo studio delle Lettere, dalle quali ne ridondano i perniciosi effetti delle ipocondrie, delle stasi degli umori, e dei temperamenti minsantropi. Era stato a questo Autore assegnato lo incarico considerabile di giudice; per ogni più leggero sospetto condannava alla morte le persone, sicchè resesi tanto odioso al popolo, che per isfuggire di restarne vittima del suo furore, gli convenne rifugiarsi in campagna.*

diede ad osservare una vita frugale, e sobria, avendo ristretto il necessario suo vitto a sole dodeci oncie di cibo solido, ed a quattordici di pura bevanda al giorno, che è appunto la quarta parte dell' alimento ordinario di un uomo nel paese in cui esso viveva; una tale esatta regola di vitto, che lui stesso ha descritta in una picciola opera, che ha per titolo *Delli vantaggj della vita sobria*, fece sì che a poco a poco disparvero le malattie tutte, lasciarono il campo ad una soda, e vigorosa salute, accompagnata da una alacrità di spirito non ordinaria, ed in capo ad una età di anni novantacinque scrisse prosperamente una opera sopra la nascita, e la morte dell' uomo, in cui ce ne ha dato un dettaglio assai toccante della propria sua vita: *Io mi sento*, dice egli, *sano, e gagliardo, come io mi fossi di venticinque anni; io scrivo sette, ed otto ore ogni giorno, il resto del tempo me ne vado al passeggio, io ragiono nelle compagnie, e faccio la parte mia nelle accademie di strumenti; io mi sento disinvolto, tutto mi gusta di quello, che io mangio, ho la fantasia viva, la memoria felice, un raziocinio giusto, e ciò ch' è più sorprendente nell' età, in cui io mi ritrovo, un tuono di voce sonoro, ed armonioso*. Visse egli più di cento anni (g). L' illustre Gesuita Fiammingo Leonardo Lessio venne penetrato cotanto dall' opera del suddetto Cornaro, che oltre al tradurla in lingua latina, cominciò a mettere in pratica tutte le sue massime con avventurato esito, e compose fondato su questi principj un trattato di dietetica, in cui fa vedere l' importanza della sobrietà (*h*). Ramazzini, pure ci ha lasciata la Storia del Cardinale Sforza Pallavicini, il quale dopo che aveva affaticato tutto il giorno sen-

---

(g) Luigi Cornaro, *Discorsi della vita sobria*.

(h) *Leonh.* Lessii *Hygiasticon, sed vera ratio valetudinis bona*. Antuerp. 1563.

ſenza prendere nulla di cibo, faceva una cena aſſai frugale (*i*) ; e per riandare i noſtri tempi ; Nevvton quel genio immortale non è egli ad una avanzatiſſima età arrivato ? nel tempo delle ſue più profonde meditazioni, di acqua, e di pane puramente ſi paſceva, di rado prendeva un poco di vino di Spagna, e durante ſua vita di poco più ſi cibava, trattone qualche poco di pollo. Il famoſo Cavaliere Lavv, uno di quegli uomini che fecero un grande sforzo del proprio ſpirito, per mantenerſi perfettamente libera la teſta, e tutta la vivacità del proprio ſpirito, viſſe per molti anni colla quantità di un mezzo pollo al giorno, ed una libbra incirca di pane, non beveva che ſola acqua, oppure un liquore aſſai inacquato (*k*) ; e la ſcelta eziandio di tale bevanda deve eſſere riguardata come uno dei mezzi più proprj a conſervarſi in ſalute.

§. LXVII.

L'acqua è la bevanda, che la Natura ha dato a tutte le nazioni del Mondo, l'ha perciò reſa aggradevole a tutti li palati, e diedele anzi la facoltà di ſciogliere tutti gli alimenti. A gran ragione dunque venne dalli Greci, e dalli Romani riputata la panacea univerſale, e di fatto quale poſſente rimedio non è ella mai, principalmente quando abbiſogni irrorare una eſtenuata aridezza, attemperare una bile acre, e corrotta, riaddolcire lo agrezze ſtimolanti lo ſtomaco ? La più pura è quella, che ſcaturiſce dalle fontane, pura, dolce, freſca, che ſtempra facilmente il ſapone, che cuoce

(i) *Totam diem litterarum ſtudio ſine cibo largiebatur, mox cœna modica ſumpta, ac ſtudiorum cura ablegata, ſomno, & virium reparationi noctem totam impendebat*. De litteratorum morbis diſſertatio. Opera omnia, p. 654.

(k) *Cheyne Ndtural. method. of curing the diſealee of the body &c.* p. 2. ch. 2. §. 4.

ce bene i legumi, e che imbianca a perfezione i pannolini; quando tutte racchiude in sè cotesto qualità, agevola la digestione, fortifica il corpo, mantiene perenni tutte le escrezioni, impedisce qualunque ristagno, concilia un sonno tranquillo, la mente lucida, una gioja durevole, i costumi i più dolci. Paragonando poi tutti li suoi effetti con quelli del vino, l'acqua di gran lunga lo avanza.

§. LXVIII.

Il vino agisce come uno stimolante, irrita le fibre, ed accresce notabilmente il moto, effetto che sovente ripetuto accorcia necessariamente la vita; sottoposto ad inacetirsi, aumenta le agrezze, che per lo più soggiornano nello stomaco dei Letterati; il maggiore danno però, che loro arreca, e che appunto per questo dovrebbono astenersene, è lo determinare che fa con impeto grande alla testa gli umori, e quinci accorcia la strada alle malattie di questa parte, che dagli istessi è di già resa disposta a contraerle facilmente. Di rado ci possiamo liberare da una emicrania, e difficilmente si previene un attacco di apoplesia, se questo liquore non venga prima interdetto, e lungi le molte miglia dall' agevolarne, come alcun crede, la digestione, che anzi la intorbida in tutte quelle persone, che sono di stomaco debole. Spesse fiate vedremo, che le persone appunto, che bevono acqua, sono quelle, che di maggiore acume eziandio sono dotate, che anno la memoria la più stabile, ed i sensi i più dilicati. Demostene, G. Naudè, Tiraqueau, M. Locche, M. Haller, non anno giammai bevuto che semplice acqua. Tutti li talenti più sublimi, e tutti gli uomini, che molto tempo sono vissuti, bevettero pochissimo vino, come quello che pernicioso si è per tutti li mali di nervi, che sono il flagello delle persone date allo studio, e che si acquistano appunto per il troppo attacco ad esso, sicchè io non sono fuori di proposito dal credere che questo do-

dominante furore del secolo per gli studj di ogni genere, e per le scienze, la vera fonte non sia della prodigiosa quantità, che si vede a dì nostri di tali nervose affezioni (l), le quali si giugne a moderarle con la esatta regola del vitto, coll'eserci-

(l) *Da sessanta anni in poi sono le malattie dei nervi divenute molto più frequenti, e moltiplici; questa verità è notoria a tutti, tutti la osservano, la compiangono, e sene dimandano il perchè; se ne fanno a me la ricerca, dirò che le cagioni principali sono; 1. L'amore delle Scienze, e la coltura delle Lettere molto più diffusa di prima; che si potrebbe dire a ragione quello, che Cicerone diceva degli Dei, che vi sono più Accademici che uomini. Il gran numero dei torchj che giorno, e notte lavorano in Europa, la prodigiosa quantità di Libri che n'escono tuttogiorno, suppongono un immenso stuolo di persone, che quantunque rare siano quelle, che meritano il nome di Sapienti, pur tuttavia vanno tutte soggette agli incomodi dei Letterati, dei quali buona parte ne occupa l'affezione dei nervi. Tanti autori suscitano infiniti leggitori, ed una continua lettura è sempre il fomite delle nervose affezioni. Non è fuor di ragione il credere, che da cent' anni in poi solamente siano le donne soggette a tanti malori, cagionati dall'immenso torrente di Romanzi. Dalla più tenera età fino alla più cadente vecchiaja esse li leggono con tanta avidità, e sfrenatezza, che non vorrebbono essere un solo momento distratte, si stanno immobili, e sovente vegliano le notti intere per isfogarsi di questa loro passione, questo solo è bastevole di rovinare la loro salute, senza poi parlare di quelle, che ne sono le autrici, il di cui numero sempre più si propaga. Una ragazza, che, invece di scuotersi nell'età di dieci anni, si mette a leggere, nel ventesimo anno avrà fatto il suo sangue va-*

cizio, coll'astenersi dall'acque calde, e dal vino, più presto che con altri rimedj. Non perciò io concludo dovere essere il vino affatto interdetto ai Letterati; io solo vorrei, che non avesse questo ad essere per loro una bevanda giornaliera, e che anzi

---

vapido, nè potrà mai essere una buona balia, 2. Un uso invalso comunemente delle bevande calde, e delle quali tratterò nel seguente paragrafo. 3. Il lusso introdotto, che seco porta la vita molle, ed effemminata delli padroni, e delli domestici, il quale cotanto prodigiosamente moltiplicò il numero dell' arti sedentarie, la di cui tanto vantata introduzione rovinò l' agricoltura, e la salute. Io ho osservato in alcuni villaggj di questo paese tutti gli abitanti impiegati nei lavori di Botti; passavano questi i loro giorni a tagliar alberi nelle foreste, a metterli in opera, a condurre i loro lavori sopra dei mercati, e questo era in quel tempo il cantone del paese il più florido in materia di uomini di bell'aspetto, forti, gagliardi, e sani: da trent' anni in poi vi si introdussero a soggiornare alcuni Lapidarj, cominciò da quest' epoca ad aumentarsi il danajo, ed a sedurre la cupidigia; si accrebbe la lapidomania nel tempo istesso che l' arte dei Bottaj andò in decadenza; la vita sedentaria succedette alla vita laboriosa, alcuni operaj vennero a lavorare le loro terre, intanto la introdotta professione andò fuor di moda, ed al dì d' oggi si è ridotto il cantone più infelice, essendo i di lui abitatori quasi tutti infermicci, e soggetti a malattie di lentori, cosicchè gli uomini sono degenerati, e la vita comoda, che vi si era introdotta, se ne allontanò per mai più ritornarsene, poichè scappa ella dalle abitazioni di gente indebolita, ed oziosa. Molti ordini di persone, che trent' anni fa si servivano da per loro, ora si fanno eglino pure servire; quelli che andavano

zi fosse riserbato come rimedio: di fatto nelle maggiori estenuazioni non se ne potrebbe avere di più squisito, o di più valido, così nelle debolezze, come nelle prostrazioni di forze. Deve essere preso, come faceva il Sig. Nevvton, solamente per rinvigorirsi nelle fatiche più grandi dello spirito, e questo invece di alimento; così per rianimarsi dopo le grandi perdite di spiriti, e per confortarsi nelle violenti afflizioni; ma in ogni altro tempo deve essere bandito dagli uomini di Lettere, e che punto non

---

una volta a piedi, ora vanno a cavallo; quelli che andavano a cavallo, ora vanno in calesse; anche gli scuotimenti delle vetture pubbliche riescono troppo violenti, e gli artigiani i più plebei non viaggiano se non con le più agiate carrozze, sopra i cinti sospese. Ora la dimora in Città è di gran lunga maggiore del passato, la parola educazione, che neppure sanno che si voglia dire, pervenne all' orecchio di alcuni: eccoli quinci a condurre nelle Città i loro fanciulli per farli educare, i quali il più delle volte perdono la salute, e forse ancora il buon costume. Cosa anno adunque guadagnato? 4. Le passioni divennero moltiplici: il lusso, e la vita cittadinesca le pongono in movimento, accrescono a dismisura la vanità, la cupidigia, l' ambizione, la gelosia, passioni tutte pregiudizievoli alla salute, e produttrici dei mali dei nervi; raffreddano le amicizie, le compagnie, giovalità, che tanto influiscono sopra il nostro ben essere. 5. Il solletico per le salse riscaldanti, che imbandiscono le nostre cucine, le quali coi loro focosi stimoli alterano gli organi nostri, e indeboliscono, ci dispongono alle febbri lente, e ci cagionano tutta sorte di mali dei nervi. 6. Una degenerazione irreparabile. I figliuoli ne risentono i danni delle malattie dei loro genitori; gli avi nostri cominciorno alcun poco a traviare dal modo salutare del

non paventino di cattivo effetto, se ancora da lungo tempo vi si fossero accostumati, non avranno danno di sorte alcuna; e di cento persone, che tutto ad un tratto abbandonano l' uso del vino, non ve ne sono due, che restino incomodate. Quando poi debbano i Letterati farne uso, devono servirsi di un vino più nutritivo, che spiritoso, che non sia nè aspro, nè agro, e che fortifichi senza irritamento; e giammai facciano uso di quei tali vini, che al dire di Vanelmonzio, sono piuttosto aceto, che vino, buoni soltanto a produrre nello stomaco delle agrezze, delle indigestioni, dell' irritamento di nervi.

§. LXIX.

V' ha parimenti certo altro genere di bevanda egualmente nociva agli Letterati, che il vino, e della quale ne fanno un grandissimo uso, tali sono le bevande calde, che in questo secolo divennero cotanto comuni. In quest' epoca appunto invalidò un errore assai grande nella Medicina; trasportati dall' entusiasmo della scoperta della circolazione del sangue, si credette, che per mantenere la salute fosse di mestieri di renderla più facile, e che per ciò fare abbisognasse dare al sangue la possibile fluidità col bere dell' acqua calda in gran copia. Cornelio Bonkoe Medico Olandese morto poscia a

del vivere, i loro figliuoli nacquero più deboli di temperamento, furono allevati con più morbidezza, quinci i figliuoli loro molto più cagionevoli, e noi che siamo la quarta generazione, non abbiamo idea di un vigoroso temperamento, e di una prospera salute, che nei soli vecchj di ottant'anni, o perchè l' abbiamo inteso per tradizione. Per ripigliar la forza sarebbe d' uopo o di una giudiziosa condotta di vivere, che punto non è sperabile, o di una successione di secoli barbari, dei quali la sola idea ci conturba. 7. Le influenze delle malattie occulte.

Berlino, e Medico primario dell' Elettore di Brandeburgo, diede alla luce nel 1679. una picciola operetta in lingua Olandese sopra l' uso del Thè; del Caffè, e del Cioccolato, in cui fa i più alti encomj di queste bevande, ed esalta principalmente le qualità del Thè preso eziandio in dose strabochevole di cento, e duecento tazze al giorno, ed asserisce, che non arreca verun incomodo allo stomaco di chi lo prende: un tale errore si sparse con rapido progresso in tutto il Settentrione, e lasciò dopo di sè le conseguenze le più funeste. L' epoca di tale introduzione fu quella eziandio della rivoluzione la più notabile, che abbia la storia della salute umana; gli osservatori guari non stettero a vedere il male di questa pratica. Venne pubblicato un libro nel 1675. dal Sig. Duncan Medico Francese, dimorante in Rotterdam, in cui fra mille ridicole teorie tuttavia vi si leggono degli ottimi consigli contro l' uso delle bevande calde (*m*). Il Sig. Boerhaave parimenti screditò questo introdotto abuso; e da tutti gli allievi suoi venne sempre condannato, nè v' ha Medico di buon senso, che pensi altrimenti; si era con tali mezzi pervenuto a fare argine ai progressi rapidi di tali bevande, e minore eziandio n' era lo spazio di tali droghe (*n*); ma disgraziatamente un tale pregiudizio è ancora radicato in quasi tutti li valetudinarj, e persone cagionevoli si prefiggono in mente, che dei loro mali la cagione sia l' addensamento del san-

---

(m) P. Duncan *Avis Salutaire contre l'abus du chocolat, & du thè, Rotterd.* 1750. 8. *Oggidì quest' opera è assai rara.*

(n) *Il Thè, ed il Caffè sono sbanditi in tutta la Svezia, nei fogli pubblici di Germania ho letto, che tutta una intera Provincia disposta a proscrivere il Caffè, come han fatto le colonie Inglesi nell' America in proposito del The.*

ſangue, e con queſta idea ſeguono tuttogiorno a trangugiare di tali pernicioſe bevande. Quando ſulle loro tavole io oſſervo le tazze per l' uſo del Thè, mi ſembra di vedere il vaſo di Pandora, da dove ſcapparono tutte le malattie, con queſta differenza però, che le propagate da ſimili bevande non laſciano nemmeno ſperanza di guarigione; poichè col propagare, che eſſe fanno, l' ipocondria, accreſcono la triſtezza, e la noja di ſeſteſſo.

§. LXX.

Quel primario ſofiſma cagione dell'abuſo invalſo preſſo le deboli perſone di fare uſo giornaliere di tali calde bevande, facilmente dimoſtrare ſi può quanto ei ſia aſſurdo. Vero veriſſimo che la circolazione ſovente in loro ſi fa lenta, debole, che ſi riſtagnano con facilità gli umori, che vi ſi fanno delle oſtruzioni, ma tutti queſti accidenti dipendono più dalla ſnervatezza dei vaſi, e dal loro perduto elaterio, di quello che dalla viſcidità, o dall' addenſamento dei liquidi contenuti, che anzi ſono troppo poco conſiſtenti. Se nel tempo medeſimo ſi ſalaſſi un lavoratore, ed un ſedentario, il ſangue del primo ſi oſſerverà eſſere denſo di un roſſo carico, alcune volte di certa bianca cotenna ricoperto, reſiſtente al taglio, e della natura medeſima di quello, che ſi oſſerva nelle malattie infiammatorie; quello allo incontro del ſecondo ſarà diſciolto, acquoſo, poco colorito, di poca conſiſtenza; quella parte poi, che nel primo formava quella dura cotenna, nel ſecondo non è che una molle gelatina; tocca dunque al primo di allongare il ſuo ſangue, quando ſia ammalato, con le bevande diluenti; l'altro all' oppoſto deve penſare a condenſarlo, e perciò appunto non deve mai fare uſo di quantità di liquidi, e laſciare da parte ogni bevanda tiepida, che la diſpoſizione accreſce all' Idrope, la quale, come ho accennato al §. 19. è ſovente l' effetto di una vita ſtudioſa, e ſedentaria. Nelle

Memorie della Reale Accademia viene riferito un fatto molto notabile del Sig. Duverney il giovine (o). Ma più di tutto lo stomaco è quello, che se ne risente del cattivo effetto delle calde bevande, le quali in tante maniere arrecano pregiudizio; lo berne in molta copia di esse gonfia il suddetto viscere, e le di lui fibre troppo distese dal grosso volume dell'acqua, che nel tempo medesimo, che lo stomaco aggrava con la sua quantità, lo sfibra, e lo snerva per la sua qualità, le di lui fibre, dissi restano distratte, estenuate, e perdono il necessario loro elaterio per eseguirne le funzioni, si fermano gli alimenti lungo tempo sullo stomaco, e vi cagionano una affannosa gravezza, della quale si cerca a sgravarsene col bere di nuovo in gran copia delle bibite diluenti, le quali servono bensì a trasportare seco loro, a guisa di torrente, gli alimenti, che vi riscontrano mezzi ancora indigesti, sollevando per poco tempo da quello affanno, ma con ciò fare accrescono vieppiù del male la cagione. Un altro notabile pregiudizio dalle acque calde, ed in generale di ciascuna bevanda diluente, ed acquosa presa in quantità, è quello di allungare in modo i sughi gastrici, che restano senza alcuna attività, ed inerti; e siccome sono il principale mestruo della digestione, non senza danno si rendono ottusi, e tanto è questo più notabile, quanto che non si può ad esso verun altro sostituirne; e tutti li stomachici i più vantati, la maggior parte dei quali sono anzi nocevoli, non arrivano neppure in menoma parte ad assomigliarsi alla saliva, nè ad altro liquore, che nello stomaco si separa; *bisogna bere assai per mantenersi sani, nè abbastanza mai si beve acqua*, dicono certuni, e forse ancora alcuni Medici, ma ciò fa vedere chiaramente, quanto poco siano costoro istrutti delle leggi

(o) Anno 1703.

leggi della animale economia, e degli effetti delle bevande copiose. Il rilasso dello stomaco, e l' allungamento dei sughi gastrici, l' asporto degli alimenti per metà indigesti, questi sono gli effetti, sicuri di un abuso troppo invalso, accrescono più, o meno, a norma della quantità dei liquidi, che s' ingojano. Quelli che si bevono caldi, o tiepidi, seco portano un danno, ch'è solo proprio di loro, qual' è quello di spogliare le pareti, ed i villi dello stomaco di quel dilicatissimo muco, che tutto allo intorno l' intonaca, ed investe, così pure da quanto è lungo il tubo intestinale, ed in generale da tutto il cavo dei visceri lo abradono, e quindi manca quella difesa ai nervi, con la quale si schermivano dallo sfregamento, che fare ne devono sopra di essi gli alimenti, e tutti quegli altri corpi, ai quali danno passaggio. Denudato una volta che sia lo stomaco di questo muco col perpetuo lavacro di tiepide bevande, cariche per lo più di principj acri, e stimolanti, che ne accrescono il pregiudizio, i nervi si trovano scoperri, e perciò in istato di provare i più vivi dolori dopo il cibo, quando non s'abbia tutta la cautela di prendere gli alimenti i più dolci; gl' intestini eziandio spogliati della loro mucosità egualmente che lo stomaco, fanno sentire i più fieri dolori colici, e serpendo l'irritamento da per tutte le membrane investienti il cavo dei canali i più minimi, e stimolanti in ogni parte i nervi, acquistano un grado sommo di mobilità, e di senso, per cui infermiccie vivono tante persone.

§. LXXI.

La qualità delle piante con cui si fanno queste bevande è quella, che le rende pregiudicievoli; la più malvagia di tutte, quando se ne faccia troppo frequente abuso, è il Thè, che da due secoli all' incirca ci viene portato dalla China, e dal Giappone; questo propagò infinitamente le malattie di languore in tutti li paesi, nei quali venne intro-

 dotto,

sotto, la quale cosa è agevole da conoscere, quando bene si osservi la salute degli abitanti di una Città, che ne fanno uso, e di quelli che non ne fanno; uno certamente dei veri beni fisici, che fare si potesse all' Europa tutta, quello sarebbe di vietarne per sempre l'introduzione di questa tanto rinomata Erba, la quale altro in sè non contiene di essenziali principj, che una gomma corrosiva, ed alcune particole astringenti (p), che danno alla bevanda, quando è ben carica, e rinfreddata, un gusto

(p) *Un celebre Jurisperito, dopo letta la prima edizione di quest opera, ebbe la bontà di scrivermi una obbligante lettera, permettendomi di renderla pubblica, acciò servir possa di lume, e di vantaggio nell' occasione.* „ *Nel Mese di Giugno 1765. ebbi* „ *qualche sentore di ardori di urina, accompagnato* „ *da certi distinti dolori; al dettaglio che io ne* „ *ho dato al S. D.....giudicò, che fossi incomodato* „ *di calcoli, mi prescrisse a questo effetto delle* „ *pillole di terebinto, prese con una decozione di* „ *Pareira brava, e di Liquerizia. Coll' uso di questo* „ *rimedio cacciai dell' uretra delle picciole pietruzze* „ *quasi buccie di picciole bacche, che avevano* „ *una faccia concava, ed una convessa, con* „ *degli angoli ec. al passare attraverso al canale* „ *dell' urina si facevano alle volte sentire dolorosissime,* „ *ma per lo più passavano senza grande sensazione.* „ *Io di ordinario era stittico di ventre,* „ *ma verso la fine di Novembre coll' uso dei surriferiti* „ *rimedj venni preso da un tenesmo, che* „ *mi apportò del grande disturbo. Il S. D...., mi* „ *ordinò di sospendere qualunque rimedio, i lavativi* „ *ec. Mi venne suggerito dal S. D.....col quale* „ *avevo tenuto consulto, di fare uso delle pillole*

gusto stittico, che increspa leggermente la lingua, ma che infuso in molta acqua, e presa calda produce un costante effetto di sfibrare; ed è questo così notabile, che io ho avuto a conoscere degli uomini benissimo complessi, e forti, andare soggetti, dopo la bibita di alcune tazze di Thè, a degli svenimenti, a delle contorsioni, ed a degli affanni, che duravano per qualche ora, ed alcune fiate l'intiera giornata. So bene anch'io, che tutti non vanno soggetti a questi incomodi, benchè ogni giorno uso facciano del Thè, ma questi lo bevono con moderazione, e poi l'esempio di alcuni pochi, che si sottraggono dal pericolo, non prova che il pericolo punto non vi esista.

§. LXXII.

Il Caffè per altro non deve essere arrrolato nella classe del Thè, non essendo i di lui effetti i medesimi; benchè venga ancora questo stemperato nell'acqua calda, per contenere tuttavia in sè un principio stimolante, che irrita vivamente le fibre, e per il suo oglio amaro, ed aromatico unito ad una farina facile alla digestione, e nutritiva, merita essere annoverato fra i rimedj alla testa degli stomachici amari, che uno ne sarebbe dei più validi, e graziosi, ma che coll'uso giornaliero, che se ne fa,

---

» *lole composte col sapone, e di altri rimedj; contuttociò venni di bel nuovo assalito dal tenesmo. Nel*
» *leggere la storia universale riscontrai casualmente un passo in proposito dei Cinesi, i quali non*
» *vanno giammai soggetti nè a pietra nè a calcoli, singolarità, che viene attribuita al grand'*
» *uso ch'essi fanno del Thè, che se lo beono pretto, e freddo, reso fra essi bevanda ordinaria;*
» *quindi è che me ne invogliai di farne la pruova.*
» *Si avverta prima di tutto, che il Thè era per*
» *me*

sa, si rende esso pure pernicioso, e perciò proibito essere dovrebbe; poichè quello incessante giornaliero irritamento delle fibre del ventricolo toglie loro la elasticità, ed increspamento; abraso ne viene il muco, i nervi restano facilmente stimolati, acquistano una particolare sensibilità, si fiaccano le forze, e si cade in lente febbri, e s' incontrano mille altre infermitadi, che tengono delle cagioni occulte; e tanto più difficili ad essere guarite, quanto che essendo una tale acredine unita ad un certo oleoso, non solo si porta ad infettarne i liquidi, ma alli canali si attacca eziandio. Se di questo se ne sa un uso parco, serve a rinvi-

---

" *me bevanda affatto nuova, non avendone per lo*
" *innanzi giammai fatto uso. Presi dunque due*
" *dramme di buon Thè del Giappone, gli feci ver-*
" *sar sopra un buon boccalone di acqua bollente, e*
" *lasciai rinfreddare questa infusione: quindi feci*
" *colare il liquore, ed ogni giorno ne prendevo*
" *quattro bicchieri ognuno di distanza di un' ora*
" *dall' altro, due a digiuno, ed il terzo dopo la*
" *collazione, l' ultimo finalmente due ore dopo il*
" *pranzo. Il fatto si è che nel primo giorno non mi*
" *accorsi se non di avere un pò più urinato; ma*
" *nel dì susseguente cacciai dalla vescica dodeci gros-*
" *si pezzetti, fra quali uno sferico come una bacca,*
" *con della renella, e ciò che più mi recò di sod-*
" *disfazione, fu lo ristabilirsi il ventre in istato na-*
" *turale. Continuai tratto tratto a fare uso di ta-*
" *le bevanda, bevendone alcune volte otto giorni*
" *consecutivi, e nella passata estate seguitai fino*
" *un intero mese, e sempre costante si mantenne*
" *il buon effetto, che ben lungi dallo spossarmi lo*
" *stomaco, che anzi mi ritrovo con buon appetito,*
" *digerisco assai meglio, osservo bensì una esatta*
" *re-*

vigorire, e staccare i viscidumi dello stomaco, di cui rianima l' azione, ne dissipa la gravezza, ed i vapori del capo, cagionati da indigestioni di stomaco, depura persino la fantasia, aguzza lo spirito, come pretendono alcuni Letterati, e però ne fanno essi un grande abuso: ma Omero, Tucidide, Platone, Senofonte, Lucrezio, Virgilio, Ovidio, Orazio, Petronio, e posso con franchezza citare Cornelio, e Moliere, le opere dei quali saranno la delizia della posterità la più lontana, bevevano forse questi il Caffè? Il Latte in parte rallenta

---

„ regola di vivere, senza però scrupolosamente condannarmi ad un metodico genere di vita; io bevo del vino bianco di collina diluto con tre parti di acqua, una piccola bottiglia per lo più mi è bastevole per tutto un pasto: il formaggio poi, e tutte le cose salate sbandite sono dalla mia mensa.

„ Io invio a voi questo dettaglio, perchè possiate formar giudizio sopra li diversi effetti del Thè, il quale in tante, e tante persone non fa alcun benefizio, e nelle quali può essere, che in maggior copia abbisognasse ec. ò perchè non avranno forse avuta tanta pazienza di continuare l'uso.

„ Nel mese passato ho per tre volte replicato una sperienza, vale a dire di bere il Thè con il zucchero, questi mi ha promosso la urina, egli scarichi di ventre, ma non mi asportò alcuno di que' frammenti.

Questa nota s'è qui aggiunta non perchè serva di opposizione a quanto abbiamo asserito in proposito del Thè, mentre l'uso dei Cinesi non può servire di legge pegli Europei, ma solo per la singolarità del fatto.

ta l'irritamento, che il Caffè può cagionare, ma non perciò ne distrugge tutt'i cattivi effetti; quando anzi da questo miscuglio non ne derivano di nuovi; che però i Letterati dovrebbero risparmiarlo al bisogno, come il loro rimedio favorito, e non farne un uso giornaliero; pericoloso è farne abito, avvegnachè presto degenera in bisogno, a cui pochissimi possono fare resistenza. Si sa di avvelenarsi, ma il veleno è dolce, e si trangugia.

§. LXXIII.

Fra le cose di somma importanza per la conservazione della salute l'aria è una di quelle, che sovra ogni altra influisce sopra il corpo egualmente che su l'anima; e con ragione diceva il grande Ippocrate, che un'aria sana ci comunica l'intelligenza (q); l'aere di Beozia, e quello di Tracia rendeva lo spirito grossolano,

Bœotum in crasso jurares aere natum;

quello di Atene acuminava l'ingegno, e Platone dice, che Minerva aveva scelto cotesto luogo per dare i natali agli uomini più celebri (r). I Letterati adunque dovrebbono fare ogni possa per istabilirsi in un'aria temperata, pura, asciutta, ed aperta; come allo incontro l'aria umida è per loro perniciosissima, accresce tutti gli incomodi, impedisce l'insensibile perspirazione, cagiona dei catarri, dei reumatismi, delle paralisie (s). Le persone di studio sono a un dipresso della nattura istessa di

Au-

(q) *De morbo Sacro.* N. 17.

(r) *Nel suo Timeo: pensate voi, dic'egli, che la situazione dei luoghi non contribuisca assai per rendrre gli uomini migliori, e peggiori?*

(s) *Il Sig. Pellegrini celebre Medico, e Professore di Notomia in Venezia, il quale ha tradoto in lingua Italiana gli Avvisi al Popolo, ed ai quali vi*

ag-

Augusto, e di tutte le persone, che anno una fibra languida; non possono questi tali, nè il grande freddo sopportare, nè più di tutto i caldi estivi, dalli quali non si può schermirsene. Durante la state era solito il Milton di restare invasato la testa da certa debolezza, non molto diversa dalla stupidità. Parla il Sig. Dodart di un giovine, che in tenera età aveva un talento il più raro, il quale nel sollione andava soggetto costantemente ogni anno a perdere la memoria, e che la ricuperava, quando per pochi giorni si rinfrescava, (t); ed il celebre Lancisi Medico di Papa Innocenzio XII. e di Clemente XII. scriveva all'amico suo Cocchi, che durante i furori della state non era capace nè di pensare, nè di scrivere cosa alcuna, e che per ciò fare aspettare doveva un poco di vento fresco (u). Il gran freddo pure stimola i nervi, e suscita delle convulsioni nelle persone, che anno una tessitura sensibilissima: dovranno dunque i Letterati guardarsi da questi due estremi. E' ben vero, che non sono sempre padroni di prendersi un soggiorno nè in Baja, nè in Alessandria per girsene a respirare un'aria salubre; così pure di quella della

---

aggiunse delle Annotazioni utilissime, nelle quali inserì una osservazione, che prova il danno, che arrecano le stanze umide; scrive di una donna in fiore di gioventù, sana, e bene organizzata di corpo, che per essersi trasportata ad abitare certa casuccia umida, venne dissalita da retterati colpi di apoplesia, e dei quali guarì ben tosto ch' ad altro quartiere più asciutto si trasferì. Avvertimenti al Popolo p. 44.

(t) *Historie de l' Academie Royale des Sciences* ann. 1705. p. 72.

(u) *Lancisi ad Cocchi*, p. 47.

la campagna aperta, e pura, non è sempre in balia dalla persona Letterata di approfittarsene, determinati dalle circostanze loro a fare dimora nelle Città; ma giacchè sono a tale condizione alcuni di loro, si scielgano almeno un sito, che sia il meno cattivo, che sia chiaro, che vi scorra l'aria allo intorno, dominato dai venti nella state, e dal Sole nell'inverno, lontano che sia da luoghi malsani, da dove s'innalzino fetide esalazioni, come sono i Macelli, i siti dove vendono il pesce, dove conciano le pelli ec. badino di sovente a ventilare l'aere stagnante delle loro stanze, e quindi nasce, perchè le camere, che anno il focolajo, sono di gran lunga più sane di quelle, che anno stufa (x); e poi in quelle non si va soggetto ad avere i piedi agghiacciati come nelle stanze con stufa, vantaggio notabilissimo.

§. LXXIV.

Il freddo dei piedi, a cui vanno soggetti tutti coloro, che punto non fanno del moto, o che non si stanno dappresso al foco, apporta danni sensibili, come quelli, che forniti sono di dilicato temperamento, cagionando ad essi delle gravezze di capo, dei mali alla gola, ed al petto, degli ostinati reumi; impedisce la traspirazione, disordina la digestione, eccita delle crudeli coliche, e contribuisce assai alla perdita fatale del sonno. Ho prescritto ad alcuni Letterati, i quali avevano perduto il sonno, e che a tale fine facevano frequentissimo uso degli anodini i più valevoli, rimedio per loro pregiudicievole cotanto, ed inefficace, di riscaldarsi li piedi prima di coricarsi a letto, e tener-

(x) *Breviter, & sine tergiversatione audeo definire, sessionem multo salubriorem esse ante luculentum focum, quam in hypocauste.* Plempius *de togat. valet. tuend.* p. 57.

nerli così dinanzi al foco fino a sentirseli dolere, ed in tal guisa dormirono tranquillamente. Alcuni altri si conciliarono il perduto sono collo applicarsi alle piante dei piedi degli empiastri dolcemente stimolanti. Di fatto si osserva, che nelle persone di Lettere il sangue ha tanta propensione di portarsi principalmente alla testa, che non si dovrebbe trascurare alcuno di quei mezzi, che valevole fosse ad impedirne l'afflusso. Ve ne furono di quelli cotanto pazzi, che per continuare più a lungo lo studio si sono ravvolti d'intorno al capo una salvietta inzuppata nell' acqua fredda; cosa detestabile molto; come allo incontro lodo infininitamente tutti quelli che accostumano di tenere il capo scoperto, o almeno poco coperto, così pure il lavarsi tutta la testo ogni mattina con dell' acqua fredda, quando però i cappelli non lo impediscono (*y*). Quando si ci senta invasare di sangue la testa, e riscaldarsi, il più pronto mezzo per liberarsene è di fermarsi immobili per qualche tempo, è di non parlare, e quindi si può bere un poco di acqua fresca, e per alquante ore lasciare da parte qualunque occupazione.

§. L. XXV.

Quanto importare deve ad ogni persona di studio, che il sangue non invada la testa, e di deviarlo da colà, quando vi si porti; altrettanto deve essere sua cura di sfuggire il sonno nel dopo pranso, il quale agevolmente un tale effetto produce; se per altro vi si sia accostumato, e che non se ne possa lasciare l'uso, sia almeno di poca durada, e di pochi momenti, coll' imitare in questo Augusto, che più volte ho presentato per modello da essere imitato dai Letterati; quando veniva ad esso di talento di dormire, *per pochi momenti si sdra-*

(y) Vedi Celso *de medicin.* l. 1. cap. 4.

ſdrajava bello, e veſtito, coprendoſi i piedi ſoltanto, e ponendoſi dinanzi agli occhi la mano (z); prima di adormentarſi, ſi abbia la cautela di slacciarſi tanto la faſcetta da collo, quanto i legaccioli.

§. LXXVI.

L'abuſo, che ſi fa del Tabacco, è pure un altro motivo di pregiudizio per la ſalute di quei Letterati, che ſenza riſerva lo prendono, e ſenza miſura. *Il Tabacco*, dice il Cancelliere Bacone, *di cui a giorni nostri ſe ne fa tanto uſo, è una ſpezie di Giuſquiamo, che annebbia il cervello non meno che l' opio*. Eſercita ſopra dei noſtri ſenſi l' effetto iſteſſo delle bevande, che ubbriacano, e tutti quelli, che principiano a fumare, ſi ritrovano nello ſtato di coloro, che anno troppo bevuto. Noi ſiamo obbligati di queſta uſanza a quei popoli ſelvaggj, i quali non avendo dalla caccia in poi occupazione veruna, pongono tutta la loro felicità nel fare uſo di queſta pianta, che nei lunghi loro ozj ſerve a ſchermirli dalla noja di una vita sfaccendata; e in tale forma paſſare il tempo iſtupiditi, e balordi; la non ſi ſarebbe giammai penſata duecento anni fa, che verrebbe un giorno, in cui ſtato ſarebbe di meſtieri l'avvertire certi Letterati di certi paeſi del danno di un tale uſo, ch' è tanto notabile, e ſono di opinione, che ſe il Tabacco a tutti egualmente non apporti danno, al-

---

(z) Svet. in vit. C. O. Auguſt. cap. 82. *Diſſi qualche coſa a propoſito del dormire dopo il mezzo giorno in una lettera ſcritta al Sig. Haller.* Epiſtol. de variol. apoplex. & hydrope. *Queſta uſanza invalſa ancora preſſo gli Antichi, era loro neceſſaria per ripoſarſi durante il più fitto meriggio, ed in paeſi dimoranti molto dei noſtri piu caldi, e perchè ſi alzavano aſſai di buon' ora.*

alla maggior parte certamente è nocevole, a chi più, a chi meno, ed a nessuna persona necessario. Quelli che anno l'uso di fumare si aspettino gli stessi effetti, che fa il vino negli ubbriachi; se quelli che ne anno contratto l'abito non possono fare a meno, tal sia di loro; a me basterà di potere almeno rendere persuasi quei giovini che non per anche si sono dati ad un tale uso, e di fare aprire gli occhi a coloro i quali sono incaricati della loro educazione. Giovanni Nicozio fu il primo introduttore del Tabacco. tolto esempio da un certo Olandese, che ne aveva prima di lui portato dalla Florida (*a*); questa foglia racchiude un sale acre, ed un zolfo narcotico avviluppato nella sua parte oleosa (*b*). L' irritamento, che questo sale esercita sopra le glandule salivari, accresciuto vieppiù dal calore, eccita un flusso copioso di saliva, che portandosi questa nello stomaco suscita dei vomiti, e delle violenti diarree in tutti quelli, che non ne sono accostumati; a poco a poco cessano questi effetti, e col tempo cagiona loro della stitichezza di ventre; il primo effetto, che alcuni riputeranno portentoso, non è dissimile da quello, che produrrebbe una oncia di manna (*c*).

H Ma

(a) *Questo articolo tutto, che quì mi sembra fuori di proposito, è tratto da una mia lettera inviata al Sig. Haller*, de variol. apopl. & hydrop. *nella prima edizione l'ho lasciato fuori, ma siccome il traduttore Francese ve lo inserì nella sua, così sono costretto a seguitare il suo esempio.*

(b) *E' cosa notissima, che applicato l'oglio di Tabacco su di una piaga, e sopra una ferita, o un veleno prontissimo, quantunque le di lui foglie siano alcune volte giovevoli.*

(c) *La proprietà catartica del Tabacco è stata mol-*

Ma poi questo fumo purgante, ed amaro, ammazza, come viene da alcuni asserito, il verme solitario, e tutti gli altri vermi? io non lo negherò, ma non ho ancora fatti tali, che me lo confermino; ma non sono poi dubbj quei tanti pregiudizj che la perdita di tanta saliva suole causare. 1. Il Tabacco da fumo fa salivare molto; nè tutta questa saliva si può inghiottire, la si sputa bensì, e in scarsa dose s' impasta coi cibi masticati, avvegnachè le glandule accostumate allo stimolo del Tabacco poco, o nulla lasciano uscire di saliva al lieve pizzicore dei sali dei cibi, e di fatto questi fumatori sputano pochissimo quando lasciano la pippa. 2. Questo perenne stimolo sfibra lo stomaco, e gli intestini, l' appetito diventa ottuso, la digestione si altera, e quinci coloro, che fumano, vanno soggetti alle malattie dei gran bevitori. 3. L' acrimonia dei sali del Tabacco infetta eziandio tutti gli altri umori. 4. Obbligati dal fumare a bere di molto, questo bere in grande quantità diventa una nuova sorgente di mali più, o meno notabili, conforme la qualità delle bevande.

Il principio poi narcotico, del quale è composto, suscita degli altri mali, i quali sono eziandio più perniciosi, accresce il disordine dello stomaco, com' è proprio di tutt' i narcotici, produce delle ostruzioni, e dei mali di testa, delle vertigini, degli affanni, dei letarghi, e delle apoplesie, delle quali cose ne abbiamo avuto degli esempj dinanzi agli occhi; quindi ciascuno ben vede se il Tabacco da fumo sia un preservativo per l' apoplesia; ed io ho conosciuto alcuni morire apopletici, mentre appunto fumavano per preservarsi con tale pianta,

---

molte volte sperimentata assai valida, e molte altre ancora troppo violenta, col mezzo dei cristieri, decozioni, ovvero dei fumi applicati di questa pianta.

ta, ch'è più *apoplesifera*, che *apoplesifuga*. Pochi di questi ne ho conosciuto diventare vecchi. De-Heyde compiangeva un eccellente Medico, che morì nel fiore della sua età per essersi dato continuamente a fumare, e dovrebbe ognuno restare tramortito nel leggere la storia di tante crudeli malattie originate dall'abuso del Tabacco, ed attestate da Autori degni di fede. Vanelmonzio, e Tulpio quel celebre Borgomastro di Amsterdam, ed altri molti anno osservato molti fumatori cadere apopletici. Li Medici di Breslavia ci narrano un fatto di due fratelli di Slesia, i quali avendosi provocato a chi avesse potuto più lungo tempo fumare, caderono ambedue morti apopletici; uno sulla decima-settima pippa, e l'altro sulla decima-ottava. Le Memorie dei Curiosi della Natura rapportano una Epilepsia. De-Heyde, e Tulpio narrano dei casi di gravi malattie di petto. Il P. Borelli una Itterizia, il Sig. Verlhos parla di una Gotta; il Sig. Van Svvieten racconta delle malattie di fegato implicatissime; il Sig. Haller una Etisia ec. ed io ho avuto un caso di un male di testa crudelissimo, e un cocente ardore di bocca, e di gola cagionaii da alcune pippe di Tabacco fumate per sedare un dolore di denti, resosi più fiero da tale rimedio.

Dunque il Tabacco da fumo non ha da avere uso alcuno? Io non posso asserire assolutamente questo, può qualche volta giovare a quelli, che forniti sono di un temperamento umido, e di una fibra floscia, e quando si servano di canne lunghe, e sottili, di modo che succhiandone il fumo, resti d'intorno alle pareti della pippa attaccato l'oglio narcotico della foglia, come la fuligine al camino (d); in questo caso può servire a dare stimo-

(d) *Li Persiani, e li Turchi accostumano certe* pie-

molo alle glandule troppo inzuppate di saliva, e di linfe, e rinvigorire con tale mezzo l'azione dello stomaco, e degli intestini, e quinci dissipare il progresso di qualche malattia che potesse da un troppo afflusso di serosità derivare. Coll'uso del del fumo medesimo si è veduto guarire taluno, che da un perenne flusso di saliva era incomodato, causato questo da uno sfiancamento dei condotti salivali, che a un dipresso operava a rinforzare le fibre, come coll'uso degli acri stomachici si rinvigorisce uno stomaco spossato, e debole. Portato alle volte questo fumo nei polmoni, servì a dare sollievo ad alcuni asmatici, coll'eccitare che fece in loro il distacco, e lo sputo di quella pituita tanto densa, che i bronchi riempie, ed ottura. Io ho letto, che coll'uso di questo fumo sono restate dimagrite alcune persone fatte troppo grasse; fu ciò col diminuire il loro appetito, accrescendo la forza dei solidi, e rendendo coll'acrimonia più fluidi gli umori? Il Sig. Hoffmanno dice di avere osservato guarire alcuni coll'uso di questo alcune coliche violenti, ma non si sa se coll'operare come purgante, ovvero come un rimedio anodino.

§. LXXVIII.

Il tabacco in polvere eziandio, di cui ad ogni qual tratto se ne riempiono le narici, non va esente da pregiudizio. Il suo costante, e certo effetto egli è di perpetuamente irritare li nervi del naso, nè saprei intendere qual bene possa produrre questo irritamento in un uomo sano. Le persone le più

---

pippe lunghe molti piedi, fumano sdrajati a loro bell'agio, facendo passare parte della lunga canna nell'acqua. Russel history natural of Alep. p. 81. *In questa maniera il fumo loro giugne alla bocca molto più riaddolcito e quasi interamente spoglio della sua acredine; quindi è che nè il gusto, nè l'odore del tabacco loro rimane in bocca.*

più robuste, che ne fanno abuso, provano spesso delle vertigini, le deboli poi vanno soggette fino a dei deliquj, ed ho conosciuto io alcune donne, che per una presa di tabacco tolto la mattina a digiuno, vennero assalite da vapori alla testa. A lungo andare l'odorato si fa ottuso, e per consenso tutti li nervi restano assopiti. Da un ammasso di tabacco ragunato nello stomaco si sono osservati dei sintomi pericolosissimi (e), ed alcune altre mie recenti osservazioni non mi fanno punto dubitare della verità di essere il tabacco pernicioso pegli occhi, e che indebolisce la memoria: ciò che dovrebbe più di tutto impegnare gli studiosi ad abbandonarne l'uso.

§. LXXIX.

Tali sono le principali osservazioni, che si sono potute fare intorno alle cagioni delle malattie proprie dei Letterati, e sopra i mezzi di prevenirle; ma quando il disordine abbia preso piede in modo, che d'uopo sia ricorrere alla medicina, allora devono essere trattate col metodo, che più proprio si conosce alle varie spezie di malattie, le quali sebbene non sono lo scopo della presente dissertazione, sarà tuttavia cosa assai ragionevole di fare all'ammalato qualche ricerca in proposito del proprio genere di vita, che ha sempre qualche influen-

(e) *Trilleri* Dissert. de Tabaci ptarmici abusu, opusc. Tom. 1. p. 221. *Questo celebre Medico provò molto bene di quali pregiudizi possa apportare l'uso di questa polvere, che, come scrive, venne sbandito da tutta la Spagna sotto gravissime pene con un Decreto dei 17. Decemb. 1760. Molti altri Sovrani ancora hanno tentato di estirparne nei loro sudditi questo invalso abuso, tali furono il Re di Persia, l'Imperadore dei Turchi, il Gran Czar di Russia, il Papa, ed il Re d'Inghilterra.*

za sopra la sua salute, e che esige rimedj proporzionati al suo stato.

§. LXXX.

Quando un Letterato cade ammalato, se gli deve immantinente sospendere ogni genere di studio; per quanto gli sembri aspro un tale spediente, egli è tuttavia indispensabile (f), e sarebbe un assassinarlo, se in tale proposito se gli usasse qualche condiscendenza. Deve dimenticarsi per tutto il tempo della sua malattia, e delle scienze, e dei libri, e chiuso essere deve il suo gabinetto, deve solo attendere al riposo, al sollievo, ai piaceri della villa, e diventare quale prima venne dalla natura, o vignajuolo, o giardiniere: questo è l'unico mezzo di fare, che sospenda le sue meditazioni, avvegnachè egli è certo, che finchè medita non si ricupera più certamente: se possibile fosse di ritrovare un rimedio valevole a tenere senza pregiudizio sospesa la facoltà di pensare, questo sarebbe il vero specifico dei Letterati.

§. LXXXI.

Quando sono indeboliti all'estremo, si dovrebbono tenere alla dieta lattea, quando però questa fosse tollerata dal loro stomaco. Il celebre Houdart de La Motte di salute assai debole venne obbligato per lungo tratto di tempo a cibarsi di solo latte, e legumi (g). Altre volte è di mestieri unire ad una semplice dieta i liquori, come un valido cordiale, quando non vi sia però vizio di petto, o febbre lenta; l'acqua in ghiaccio per uso ordinario è un corroborante nei stomachi deboli dei Letterati, che loro molte volte ha giovato.

§. LXXXII.

(f) *Difficile est longum subito deponere amorem, Difficile est: verum hoc qua lubet efficias. Una salus haec est, hoc est tibi pervincendum.* Catull. 82.

(g) *Annèe litteraire* 1768. Tom. 1. p. 63.

§. LXXXII.

La China poi è un rimedio validissimo in tutte quelle affezioni cagionate da languori, che sono l' effetto di una troppo intensa applicazione, ristabilisce questa la digestione, fortifica i vasi, concilia al sangue disciolto la sua naturale consistenza, facilita le secrezioni, e sopra ogni altra promove la traspirazione; munisce di vigore i nervi, e regola i di loro moti disordinati. Uno dei nostri più valenti Geometri quando si ritrovava affaticato dai suoi calcoli, aveva in uso di bersi un gran bicchiere di decozione di China, che si teneva sempre accanto.

Da poco tempo in qua si fa uso di un certo legno, che ci viene portato dalla Guayanna, e che lo chiamano *legno amaro di Surinam*, o legno *di quassia*: egli è assai leggero, e nel tempo istesso assai duro, è di colore giallo pallido, senza odore, ma di un gusto amaro penetrantissimo; ei è molto più amaro della China, ed egualmente disgustoso; differisce in ciò solamente, che il legno quassia non ha punto il principio astringente della China: rapporto poi agli effetti in confronto alla China, bramo di avere un numero più grande di osservazioni, che non ho, dappoichè io ne faccio uso di esso; tuttavia da quelle, che ne ho fatte, posso assicurare, ch' esso è di gran lunga più valido della China stessa, in quei casi però, nei quali, si tratta di uno stomaco indebolito, di una disordinata digestione, di flati incarcerati negli intestini, e per riordinare tutte quelle funzioni che restarono per debolezza alterate: quindi riesce proficuo al sommo per i Letterati; restando sempre alla China la virtù sua specifica, e primaria in tutte le febbri nelle quali conviene, come pure nelle

gangrene, nelli vermini, nelle convulsioni, nella sanie (h).

§. LXXXIII.

I bagni freddi, che anno tanta analogia alla china, come altrove ho dimostrato, sono essi pure uno dei più convenienti rimedi per le persone di Lettere; rinvigoriscono validamente lo stomaco, i muscoli, i nervi, e mettono l'anima in istato d'incontrare nuove fatiche, ed io ho conosciuto alcuni giovani, i quali stanchi, ed estenuati da lungo studio, andarono a gettarsi nel bagno, e nell'uscire da questo si sentivano rinvigorito lo spirito, e pieni di vivacità riprendevano le loro studiose occupazioni; ma non bisogna aspettare, che la debolezza sia arrivata all'estremo, avvegnachè allora il bagno farebbe più male, che bene, essendo proprio di questo di rimandare ai visceri tutti gli umori, e l'effetto salutare, che aspettarsene deve, consiste nella reazione degli stessi visceri, i quali se sono spossati in modo da non poterne agire sopra la piena, restano vieppiù ingorgati, ed indeboliti.

Presso agli Antichi era così notorio, ed a tutti palese il buono effetto dei bagni, che non passava quasi giorno, che non andasse ciascuno a bagnarsi per quanto interessanti affari ei avere potesse; è ben egli vero, che facevano un grandissimo uso dei bagni tiepidi, ma lo scopo loro era altresì diverso da quello, che avere ne deve un Letterato: se alcune fiate ne sperimentarono dei buoni effetti, sarà

(h) *Io sono obbligato al Sig. Schinzs Illustre Medico di Zurigo, il quale fu il primo, che di questo eccellente rimedio me ne ha fatto conoscere l'efficacia; questo servì di soggetto ad una intera dissertazione, che si ritrova nella raccolta pubblicata dal Sig. Lineo sotto il titolo di* Amœnitates Academicæ, n. 6. *e di cui io spero, che l'uso si diffonderà in poco tempo da per tutto.*

rà forse ciò stato in circostanze di riscaldamento, di infiammagione, e di aridità; ma non avranno mai avuto per iscopo le malattie, che ridondano dalla troppa applicazione agli studj; i bagni tiepidi aumentarono gl' incomodi di Augusto, e contuttoche ei si ritrovasse indebolito di forze, volle il suo Medico Antonio Musa, che facesse uso dei bagni freddi, i quali riuscirono a meraviglia: io pure ebbi molte volte da consigliare per persone, che dai lunghi studj si erano rese cagionevoli, le quali con la sobrietà, con il riposo, e sopra tutto col mezzo dei bagni freddi ricuperarono la loro perduta salute.

§. LXXXIV.

Le fregagioni pure sono un soccorso da non trascurare: se la mattina in letto sdrajati sul dorso, con le ginocchia alquanto elevate, si ci faccia stropicciare lo stomaco, ed il ventre con un pezzo di fanella, si accresce considerabilmente la circolazione in tutti li visceri del ventre basso, si prevengono i ristagni, si dissipano i di già incominciati, si fa scorrere la bile, si agevolano le secrezioni, e si ristabilisce la digestione. Se si freghi tutto intiero il corpo, si facilita la traspirazione, e si rianima la circolazione; le fregagioni possono talmente accrescerla, che si potrebbe suscitare perfino una febbre ardente se si continuassero per più ore, quindi è che queste possono supplire alla mancanza dell' esercizio. Gli Antichi, ai quali era nota l' importanza di questa pratica, non solo le usavano come rimedio, ma eziandio come mezzo preservativo della salute. Era andato in dimenticanza un tale uso, e furono i primi a ristabilirlo i Medici Inglesi verso la fine del passato secolo; il quale per verità a nessuno meglio conviene quanto ai Letterati, li quali io consiglio, prima di servirsene, di leggere quanto da Celso, e da Galeno è stato scritto sopra di questa materia.

§. LXXXV.

Se vantaggiosi per loro sono tutti li sopramentovati rimedj, non di minore utilità sono le acque minerali. Di molte spezie ve ne sono, possono secondo i casi essere praticate ora queste, ed ora quelle; le più proprie per loro tuttavia sono le acque acidule, semplici, ferruginose (*i*). L' Autore della Natura, che le ha dotate di qualità validissime, volle eziandio, che fossero in moltissimi luoghi diffuse; pochi paesi ne sono privi, ed ogni giorno se ne fanno nuove scoperte: fra le più efficaci però si possono annoverare quelle di *Egra* nella Boemia, di *Tonstein* (*k*) nell' Arcivescovato di Colonia, di *Seltzer* nell' Elettorato di Treveri; di *Peterstal* nell' Alsazia, di *Anphion*, o di *Evian* nella Savoja (*l*), di *Rolla* sulle sponde del nostro Lago in felice situazione collocate; e per passare alle più forti, quelle di *Forges* nella Normandia, del Sig. *Calsabigi* a Passì, di *Ribas* nella Spagna, di *Tonbridge* in Inghilterra, di *Altvvasser* nella Slesia ai confini della Polonia, di *Maddevvi*, e di *VVichsberg* in Isvezia, di *Schvvalbach* nella Franconia, *di Spa* nel Principato di Liegi, di *Pirmont* nella Contea di Valdech, ma quelle di *Seltzer*, di *Schvvalbach*, e di *Spa* possono servire per tutte, e sono le più universalmente accostumate in tutta l' Europa. Il loro principale effetto è quello di sgombrare i visceri

---

(i) *Alcuni Medici le chiamano* alcaline, *espressione diametralmente opposta a quella di* acidule. *L' una e l' altra di queste voci è bene fondata; ma io preferisco quella di* alcaline *come più adattata all' effetto del rimedio.*

(k) Acidulæ Antoninæ.

(l) *Invece delle acidule di Evian, il Traduttore sciocco scrive, che io consiglio le acque calde sulfurre di Aix in Savoja; questo è un errore notabile, e pericoloso.*

sceri ostrutti del Ventre basso, di ristabilire la digestione, di riconciliare il sonno, di facilitare la traspirazione: da ciò apparisce quanto elleno sieno convenienti a tutti li Studiosi. Che se ai vantaggj, che queste procurano, si desista ancora dall'applicazione degli studj, e si vada a respirare un'aria pura, e si cominci a fare del moto, unitamente ad una esatta regola di vitto, si potrà agevolmente comprendere quali portentose cure potransi sperare, e singolarmente, se si vada sul loco stesso a prenderle, conservandosi nella loro fonte più attive, e poi perchè il viaggio, la mutazione degli oggetti, e lo svagare la mente fanno altrettanto bene quanto le acque; poichè noi sappiamo benissimo, che dei soli viaggj intrapresi da alcuni Letterati per portarsi a vedere delle Biblioteche poterono sgombrare in loro i vapori ipocondriaci, ai quali andavano soggetti. Non devono tuttavia prenderle a loro talento, senza avere prima di tutto consigliato con un Medico, che sia illuminato; poichè più che esse sono attive, sono altresì più pericolose, quando vengano prese fuori di proposito. Il celebre Morhof era divenuto cachetico, effetto di un patema di animo, volle, ad onta di esserne stato sconsigliato dal suo Medico, portarsi a prendere le acque di Pirmont, e morì in viaggio nel suo ritorno (*m*).

§. LXXXVI.

Quando le persone di Lettere restano attaccate da qualche malattia acuta, non bisogna dimenticarsi di avere da trattare un Letterato, il quale di rado ha lo stesso vigore di una persona di altro genere. Abbiamo di già accennato, che vanno eglino meno soggetti degli altri alle malattie inflammatorie, sono queste proprie degli uomini forti, sanguigni, e ben complessi; piuttosto incontrano

(m) *Beherens select.* diætetic. pag. 480.

no malattie putride, che sono l'effetto di una cattiva digestione, e di una ostruzione di visceri bassi. Che però e meno di loro proprio il salasso di quello che li purganti (n), di fatto colla cavata di sangue restano tutto ad un tratto abbattuti, i quali, come ho altrove notato, se tali circostanze concorrono da doverla effettuare, incontrano per il più dei sintomi proprj di una Ipocondria nervosa. La morte di Gassendi viene attribuita alli replicati salassi, che gli anno fatto perdere le forze. Il Sig. Gesnero pure professore di Fisica a Zurigo, uomo che ha fatto tanto onore agli Svizzeri, essendo stato salassato a Parigi per una febbre leggera, restò nel fiore degli anni suoi talmente snervato, che vi vollero più di sei mesi, perchè ripigliare potesse le sue forze (o). Un altro Medico mio amico ebbe la stessa sorte, e non v'ha Medico, che faccia la sua professione in Città, in cui fioriscano persone dotte, che non abbia avuto lo incontro di assicurarsi di una tale importantissima verità, i cattivi effetti di una cavata di sangue senza ragione ordinata, in persona che sia debole, ed estenuata, non possono così di leggieri essere riparati.

§. LXXVII.

Le malattie febbrili nelli Letterati esigono piuttosto le purgazioni, di quello che li salassi; operano quelle in loro con tutta la felicità, nè così facile cosa ell'è di risolvere in questi tali un male acuto, se prima non vengano promosse le evacuazioni, che però lo tengono per il loro favorito rimedio, vi si accostumano, ed in tempo ancora di sanità sono inclinatissimi a farne abuso: le costipazioni alle quali vanno soggetti, loro apportano dei malori, guariti solamente dopo alcuni scarichi di ventre; quindi è che li rimedj, i quali li anno rista-

(n) *Ramazzini*, p. 646.
(o) *Vita Gesneri*, pag. 2.

stabiliti in salute, li considerano ancora singolarmente buoni, e di fatto quando facessero scelta dei purganti i più dolci, e nel tempo istesso i più corroboranti, non si può negare che convenienti non fossero in tutt' i loro mali. Il Cancelliere Bacone consiglia ai Letterati di fare uso del Rabarbaro, di cui ne faceva veramente un abuso (p), ed al quale io preferisco l' Aloe consigliatoci da Celso, il quale fra tutti li purganti è quello che meno di tutti disturba la digestione; sembra che questo operi come il sapone, ed atto sia a supplire alla bile che nelle persone di Lettere non ha per lo più la sua attività. Se poi all' opposto abbia questa acquistato una indole acre, valevole a suscitare in esso loro delle coliche ostinate, da un irritamento stimolante i nervi, si deve in quel caso fare uso degli ammollienti i più blandi; e la polpa di Cassia estratta di fresco è uno dei migliori. Qualunque per altro sia il purgante al quale ci si determini, non potrei abbastanza spiegare, quanto il troppo abuso sia pregiudicievole cosa; avvegnachè in tale modo facendo, si accostuma il corpo a nudricarsi assai poco, e quinci s' indebolisce, gl'intestini diventano meno attivi, e finiscono col restare affatto inoperosi, se ne distrugge il muco, che d' intorno li umetta, e restando in tale modo denudati i nervi, si va incontro alle più fiere coliche, le quali obbligano a fare uso di un vitto dolce, da cui non se ne potreb-

(p) *Non possum probare institutum Verulamii, qui, ut in ipsius vita traditur, sex aut septem diebus ante cibum rhabarbaro usus est, ut immune corpus excrementis redderet. Satius fuisset, si correcta paulatim victus ratione ab omni remedio abstinuisset. Sic enim excrementis, ipsoque adeo remedio purgante, toties assumendo, facile carere, vitamque haud dubie longius producere potuisset.* I.G. *Bergerus de commodis vitæ sobriæ.* §. 15.

trebbe allontanare, ſenza provare crudeliſſimi dolori.

§. LXXXVIII.

Quando le perſone di Lettere ſono aſſalite da febbre, biſogna fare più di tutto attenzione alla teſta, che in loro facilmente reſta attaccata, e la febbre la più diſcreta è valevole di apportar loro un delirio tanto più funeſto, quanto più diminuiſce l'azione dei nervi ſopra il corpo, dalla quale diminuzione ne naſce la ſnervatezza, ed impediſce le criſi, le quali ſi fanno tanto più male, ed imperfette, quanto più diſordinato ſi ritrova il ſiſtema dei nervi. I Letterati reſtano da ogni picciolo malore ſtranamente abbattuti, ſi ſentono toſto male alla teſta, il lume, lo ſtrepito, le perſone, tutto arreca loro faſtidio: ed io ne conobbi alcuni, i quali ritrovandoſi attaccati da una ſemplice effemera, ſi ritrovarono talmente deboli, e da tali ſintomi accompagnati, che avrebbero meſſo in penſiere ogni perſona, che non ne aveſſe conoſciuta la vera cagione, dalla quale dipendevano, atteſo l'apparato di una maligna indole, che dimoſtravano di avere.

§. LXXXIX.

Le loro convaleſcenze ſono ſempre lunghe, lentamente ripigliano vigore, lo ſpirito ſingolarmente ſe ne riſente più di tutt'altro della influenza delle malattie, ed io ne conobbi molti di quelli, che in tali circoſtanze ſi ſono lagnati di una debolezza di memoria, e di una inſigne ſtupidità. Se poi imprudenti cotanto ſieno da ripigliare i ſtudj loro, prima di eſſerſi ancora riſtabiliti in ſalute, allora sì, che ſi vanno diſponendo per malattie molto più formidabili; la teſta, gli occhi, e lo ſtomaco ſaranno i primi a portarne la pena, ed in conſeguenza ſe ne riſentiranno tutte le funzioni. L'effetto della tenſione dei nervi è così notabile, che più fiate ebbi a vedere arreſtati gli effetti dei purganti i più validi per una intenſa meditazione, e per una attenta

ta lettura. Col trascurare il governo di vita nella convalescenza, corrono a rischio tutte le persone di Lettere di mai più ricuperare la salute loro, ed in tale modo di rendersi incapaci di ogni letteraria intrapresa; ella è una cosa sciocca il sagrificare il più ricco tesoro della sua vita, per volersi dare alquanti giorni in preda all'oggetto della propria passione; ma quando si tratta di passione siamo tutti ciechi, e quella per le Lettere è forse una delle più forti.

Vanno pure soggetti a fastidiose vigilie questi dotti convalescenti; ed anno più difficoltà degli altri a ricuperare il perduto sonno, alcune volte à giovato in questi casi l'uso dei liquori, fanno dei buoni effetti sopra coloro, che non ne sono accostumati, operano come narcotici, e non ne anno di questi il pericolo, anzi allo incontro rinvigoriscono lo stomaco indebolito dalle bibite tepide rese a loro necessarie dalla malattia, ripigliano forza, e si danno dello spirito.

§. XC.

Una delle cure più importanti per i Letterati, quando custodirsi vogliano in salute, è quella di non rendersi ligj, e servi; poichè vengono accusati di essere assai facili a contrare degli abiti, e questi abiti sono veri servaggj. Io pure ne ho conosciuti di quei tali, che regolavano il proprio spirito a seconda degli usi, ai quali si era accostumato il corpo; ma non è questa una cosa deplorabile, che un'ora dopo facendo il pranso, un'ora dopo andarsi a letto, un'ora dopo rizzarsi abbia da rendere un uomo in quel giorno incapace di ogni cosa? Ho letto anni fa un Libro, in cui ho ritrovato, che per provare ai Letterati la necessità di prendersi ogni loro comodo, dice, che un uomo, che patisce, non è in istato di affaticare con attenzione, e che la vera maniera, con cui potevano i Lette-

rati procurarsi tutti li comodi della vita, era quella di limitare i bisogni.

§. XCI.

Alla meglio che ho saputo, mi sembra di avere sviluppato le cagioni, i sintomi, i preservativi, ed i rimedj per le malattie prodotte da uno studio troppo intenso; ma voi ben vedete, miei Signori, che non ho per anche supplito quanto basta all'assunto tema, mentre vi accorgete voi bene, che ho tralasciato di farvi parola del mezzo, che è più proprio per mantenersi in salute, e di conservarsi con uno spirito contento, il quale solo può influire la semplicità dei costumi: soltanto io quì vi accenno, che una vita morigerata è la madre della salute; il Letterato ritrova il suo ritratto nel carattere dell' uomo felice di Orazio:

Mens conscia recti in corpore sano.

Savio, e *sapiente* da molto tempo venne preso per sinonimo, poichè si andava alla scuola istessa ad imparare la virtù, e la scienza. Un Sapiente senza costumi era un ente immaginario,

Quid Musa sine moribus vana proficiunt?

Venivano spregiate quelle persone, le quali occupate nella ricerca del bello, e dell' onesto, conoscevano il bene, e seguivano il male, e con tale modo si rendevano privi del più dolce dei piaceri, ch' è quello della ricordanza di una buona azione, che egualmente, che tutti gli altri sentimenti aggradevoli, influisce cotanto sopra le funzioni della vita, dando loro forza, facilità, e regolatezza, che sono le sode basi di una costante salute: mentre la mestizia, effetto quasi sempre compagno del rimorso, languide rende le fibre, altera la digestione, distrugge le forze, e dispone alla consunzione. Non senza commozione io mi figuro un uomo, il quale dotato di talenti, ma che di questi fattone mai sempre abuso, giugne a terminare una vita per lui vergognosa; come dall' altro

canto tutto mi consolo in ravvisare il fine glorioso di una vita onesta in quegli uomini illustri, i quali, secondo il consiglio di Plinio, *vissero tutta la loro vita con l' istesso proposito, come lo si vorrebbe quando ci ritroviamo ammalati*, e che sino agli ultimi periodi del viver loro sono vissuti in una vecchiaja tranquilla, con una coscienza senza rimorsi, con la vivacità dei loro sensi, e con la forza del loro talento. Paulo Giovio celebre Storico avendo con ammirazione dimandato a Niccolò Leoniceno uno dei più illustri Letterati del decimoquinto secolo, in qual modo avesse potuto fino all' età di novant'anni conservare una memoria tanto forte, sensi tanto esquisiti, un corpo così diritto, ed una sanità cotanto florida, questo Medico gli rispose, che l' innocenza de' suoi costumi gli avea procacciato tanti vantaggj, unitamente alla tranquillità del suo spirito, e ad una esatta frugalità (q).

§. XCII.

Ella sarebbe cosa fuori di proposito, se in un dettaglio più diffuso entrare io volessi; a me basta, per terminare questo discorso, il fare quì un riflesso, per prevenire qualunque sofistico obbietto, che potesse venire fatto a questa opera, e che reputo necessario. Il quadro ch' io presento agli occhi vostri vi dipinge tutte quelle catastrofe di malori, che produce uno studio intenso, e continuato, ma non già per questo inferire si dovrà, che pericoloso lo studio moderato io reputi, e che ne voglia con ciò disgustare alcuno: quando ancora vero fosse, il che io non crederò giammai, che

I nulla

(q) *Vividum*, inquit, *ingenium perpetua vita innocentia, salubre vero corpus hilari frugalitatis præsidio facile tuemur. Petr. Castellan. vita medic. &c. Leoniceni nacque in Vicenza del* 1428. *e morì in Ferrara nel* 1514. *dopo di aver per più di* 60. *anni insegnata, e praticata la Medicina.*

nulla lo studio contribuisce per la felicità degli uomini, quistione ancora indecisa, non si potrà tuttavia negare, che lo studio delle Lettere non influisca di molto a rendere felice colui, che se ne impossessa, quando però nè pregiudizio arrechi alle proprie incombenze, nè alla propria salute (r). Col dimostrare che io ho fatto di quanto danno resultino i studj troppo in tenera età intrapresi, non ho inteso di dire, che abbiano i figliuoli da essere lasciati marcire in un ozio turpe, e nella infingardaggine: questa non è la mia idea; anzi suppongo i fanciulli più di ogni altro suscettibili dello studio delle Lettere, senza alcun pregiudizio per la loro salute; ma dico bene, che si dovrebbe tenere altra norma da quella diversa, che sino ad oggidì venne praticata (s); è sopra tutto desiderabile sarebbe, che la primiera educazione dei fanciulli fosse sempre diretta allo scopo della loro vocazione futura; quella dei figliuoli, che destinati sono pegli studj, non dovrebbe essere la stessa di quella che si dà agli altri ordini, avvegnachè il talento di quelli esige una coltura più grande, e devono le loro facoltà con somma gelosia essere risparmiate in quella tenera età, di dieci fanciulli di età di nove anni destinati a diverse vocazioni, quello che per lo studio è determinato, vorrei che fosso il meno dotto: di dodeci anni, età in cui nè

Pa-

(r) *Adolescentiam alunt, senectutem oblectant, secundas res ornant, adversis solatium præbent, delectant domi, non impediunt foris, pernoctant nobiscum, peregrinantur, rusticantur.* Cic. pro Archia.

(s) *Quamlibet parum sit quod contulerit ætas prior, majora tamen aliqua discet puer eo ipso anno, quo minora didicisset. Hoc per singulos annos prorogatum in summa proficit: & quantum in infantia præsumptum est temporis, adolescentiæ acquiritur.* Quinctil. de instit. orat. lib. 1. c. 1.

Pascal, nè Nevvton sapeva ancora i primordj della Lingua Latina, vedressimo questo figliuolo a prendere l'ascendente sopra i compagni; ed in età di sedici anni avanzarli di molto. Biasimando io quei tali, che con isregolatezza si danno in preda allo studio, non intendo di comprendere ancora quelli, che le scienze coltivano con moderazione; e se coll'immergersi tutto negli studj si ci espone a dei mali i più funesti, si corre pericolo di restare eziandio colla vergogna d'essere ignoranti. L'*Incas* Atabaliba avendo rilevato l'ignoranza di Fr. Pizzarro, concepì per esso uno indicibile disprezzo, argomento, che mi sembra fortissimo per provare di quanta necessità sia la educazione dei fanciulli.

I L F I N E.

I N D I C E

Aggiunto a questa edizione Italiana.

I Numeri Romani significano il paragrafo.

Abitazione de' Letterati qual debba essere. lxxiii.

Abito non distrugge la cagion dei mali. lii.

Acqua si dee bere dopo aver mangiato le frutta. lx. E' ottima bevuta fredda tutte le mattine. lxv. Ottimo rimedio in molti mali, e preservativo grande. lxvii. qual sia la migliore. *ivi*

Acque calde. v. Bevande. Si fa bene lavarsi sovente coll'acqua fredda. lxxiv. Gelata ottima per fortificare l'infievolito stomaco. lxxxi. Acque minerali, le acidule sono le più indicate nelle malattie de' Letterati. lxxxv. Se ne trovano dapertutto *ivi*. Enumerazione di quelle, che anno maggior efficacia *ivi*. Suoi buoni effetti, massime quando si va in sito a prenderle *ivi*. Si dee però pria consigliarsi con un vero Medico *ivi*.

Addomine, Perchè bene succedano le funzioni delle viscere in esso contenute è necessario il moto. xx. Affezione ipocondriaca nervosa, qual sia il suo carattere. xiv. D'affezione ipocondriaca se ne danno di due spezie. xxiii. Accresciuta dalle bevande calde. lxix.

Agricoltura è il genere di vita più confacente alla salute. Gli Agricoltori sono gli uomini più sani, e robusti. lvi. Quali cibi loro convengano *ivi*. Lo dovrebbero esser anche i Sapienti. lxxix.
Anatomici a quali malattie sieno esposti. xxxvii.
Anima; quando intenta a qualche forte azione non può reprimerla. xiii. Unita col corpo, segue i suoi andamenti. xlvii. Dipende dalla disposizione del corpo. liii.
Apoplessia cagionata dalla meditazione. xiii. xiv. Dalla declamazione. xiv. e seg. Dalla pletora. V. Pletora. Dall'uso del Tabacco. lxxvi.
Appetito, si perde col troppo studio. viii.
Applicazione. V. Studio.
Areteo lodato. I.
Aria notturna, sue funeste conseguenze. xxxi. Non rinnovata. Suoi cattivi effetti. xxxiii. Riserrata nello stomaco lo gonfia ec. xxxiv. Aperta, quali utili apporta alle persone di lettere. xxxiii. lii. E' uno de' principali agenti della digestione. lvii. *Nella Nota*. Come agisca *ivi*. Quando è abbondante cagiona molti mali *ivi*. Qual sia la più salubre per gli Eruditi. lxxiii. Fredda, ed umida impedisce la traspirazione ec. *ivi*. Calda, quali effetti produca *ivi*. Fredda *ivi*.
Aromati, non si debbono onninamente proibire ai Letterati. lxii. quali loro convengano *ivi*.
Artigiani sedentarj; diversità, che passa fra loro, e i Letterati. liv. Perchè meno soggetti a malattie *ivi*. Cagioni delle loro malattie *ivi*. *Nella Nota*.
Asma. V. Polmone.
Augusto Ottaviano proposto a'Letterati per esemplare. liii. lxvi.
Azione fatta per mezzo di una sola parte più affatica di quello faccia, benchè più a lungo sostenuta quando viene ripartita in diverse parti. xiii.
Bagni freddi sono utilissimi a'Letterati. lxxxiii.

Co-

Conosciuti dagli Antichi *ivi*. Usati da Augusto, e da altri *ivi*. Tiepidi, perchè nocevoli per lo più alla loro salute *ivi*.

Bevande calde, oppur tiepide, loro abuso, massime ne' Sapienti. lxix. Donde ebbe origine *ivi*. Suoi cattivi effetti. lxx. e seg.

Bile resa tenace e viscida per la vita sedentaria, suoi effetti. xxii. Acre, suoi effetti *ivi*. Atrabile. xxiii.

Boerhaave I. viii. xiv. xxiv. xxxvii. xliv. liii. lvi. lix.

Boyle lod. i.

Borelli cit. lxxvii.

Botanici, perchè siano esposti a malattie xxxvii.

Caffè usato qual rimedio è un amaro stomatico. lxxii. suo ordinario uso è pernicioso *ivi*. Sua acrimonia *ivi*. Preso di rado ravviva lo spirito *ivi*. Uomini celebri senza l'uso del Caffè *ivi*. Unito al latte, se sia innocente *ivi*.

Calcoli bilari. V. Bile. Del polmone. xxiv. Della Vescica orinaria *ivi*.

Caldo eccessivo, tormento de' Letterati. lxxiii.

Cardialgia, frutto di un intenso studio vii. v. Soda.

Carni di cui non deggiono i Letterati cibarsi. lvii. Le tenere sono quelle, che loro convengono, lviii. Come anno a prepararsi. lix.

Carrozza, esercizio non tanto vantaggioso. liii.

Catalessia cagionata dall'applicazione. xiv.

Catarro soffocat. donde provenga ne' Sapienti xxiii.

Cavalcare, esercizio giovevolissimo. liii.

Celso lodato. i. lxxiv. lxxxiv.

Cena dee esser parca. lxv. A tutti non conviene star senza cena *ivi*.

Cervello sua sonstanza delicata. iv. Tesa dalla meditazione *ivi*. Spossata dopo una lunga meditazione *ivi*. E' il primo organo a risentirne. iv. Tenero assai ne' fanciulli, troppo duro ne' vecchj, onde nè gli uni, nègli altri sono in caso di applicare. xv. Indebolito fa che si separa un seme senza

 atti-

attività. xxviii. Le malattie, che anno la sua sede in esso, sono difficili a guarirsi. lii. E' il primo viscere, che vien attaccato nelle malattie de' Sapienti, ancorchè leggieri. lxxxviii.

Chimici sono anch'essi esposti a varj pericoli. xxxvii.

China-China, ottimo corroborante. lxxxii. Suoi buoni essetti *ivi*.

Cibarsi, metodo che tener deggono i Letterati. lxv.

Cibi si corrompono quando gli organi della digestione sono deboli, xx. Deve esser la loro quantità proporzionata alle forze dello stomaco. lvi. Quali convengano ad un Contadino. lvi. Mali, che questi apporterebbero ad un uomo debole. *ivi*. E' meglio peccare nella scelta, che nella quantità. lvii. Cibi, che sono nocivi a' Letterati, e quali mali apportano *ivi*. Quali loro convengano. lviii. Non si può dare una regola generale per tutti rapporto alla scelta de' cibi, ma ognuno dee servirsi di quelli, che gli giovano. lxi. Devono esser ben masticati. V. Masticaz.

Cicerone citat. xxxvi. xcii.

Cioccolata, suo composto. lix. Nodrisce, ristora, *ivi*. Non conviene nè alle persone sanguigne nè a quelle di temperamento caldo; segnatamente quella, in cui v' entra la vainiglia, o l' ambra (*nella nostra cioccolata questa droga assolutamente manca*). *ivi*.

Circolazione viene accresciuta dall'esercizio xviii. Ritardata dal condur la vita sedentaria. xix. Viziata di quali mali sia cagione. xx. xxi. xxii. xxiii. Sconcertasi dalla situazione. V. Positura.

Cocchi cit. lxi.

Colica cagionata dall' applicazione. vii. xiii. Dalla costipazione. xx. Da una bile acre. xxii. Dalle bevande calde. lxx. Dal freddo de' piedi. lxxiv. Dai frequenti purganti. lxxxvii.

Comici a quali disgrazie sieno esposti. xli.

Condimenti dolci sono da sfuggirsi dai Letterati. lxii. Aromatici. V. Aromati.

Con-

Contenzione dello ſpirito, principal cagione delle malattie de' Letterati. III.
Convaleſcenze ſogliono eſſer più lunghe ne' Letterati. LXXXIX. Deggiono in queſto tempo abbandonare ogni ſorta di ſtudio, ed ogni meditazione *ivi*.
Convulſione nella teſta, e nella faccia apportata dallo ſtudio. X. Il freddo ſuol eſſer cauſa di convulſione nelle perſone dilicate. LXXIII.
Cornaro Luigi lodato. Suo metodo di vivere. LXVI. A trattato della vita ſobria. *ivi*.
Corpo umano è compoſto di ſolidi, e fluidi. XVIII. Mutazioni che in eſſi ſuccedono, *ivi*.
Coſtumi, loro innocenza è il principal mezzo per condurre gli uomini ad un'avanzata vecchiezza XCI
Debolezza de'nervi. V. Nervi. Differenza che paſſa fra la debolezza apportata dalla fatica, e quella che naſce dall' intenſo ſtudio. XII. Univerſale ſegue dopo lunghe, e forti contenzioni della mente, XXIX. Queſta debolezza fa che le malattie de' Letterati ſiano più pericoloſe. *ivi*.
Delirio ſofferto per la ſoverchia applicazione. XIII. Succede di ſpeſſo anche nelle malattie più leggieri de' Sapienti. LXXXVIII.
Democrit. cit. IX.
Deſcartes cit. LIII.
Digeſtione meglio ſuccede in chi non penſa, che in chi penſa. VII. V' abbiſogna il moto. XX. Coſa ſia. LV. Viene diſordinata dall' uſar bibite calde. LXX.
Dipendenza reciproca tra il corpo, e l'anima. IX.
Diſtrazioni. V. Ozio.
Divinità, oggetto che forma la contemplazione de' Medici. I.
Divozione eceſſiva, quali ſconcerti apporta alla ſanità. XLIX.
Dodart. cit. LXXIII.
Educazione de' fanciulli, che debbono applicare alle ſcienze dovrebbe eſſer diverſa da quella tenuta ſino ad ora. XCII.

Elmonzio cit. lxviii. lxxvii.
Emorragia, sua cagione. xiv.
Emorroidi, malattia frequente ne' Letterati, sua cagione xxx.
Epilessia prodotta frequentemente dallo studio xi. Dall' accresciute occupazioni. XLVI.
Ernia, viene talora cagionata dalla declamazione, xli.
Errore funesto d'alcuni Letterati di appoggiarsi ad alcuni uomini grandi, che sono vissuti lungo tempo non ostante i continui studj. xvii. Oppure alla condotta delle femmine, o d'altri pochi uomini per rapporto alla vita sedentaria. liv. Altro errore intorno all' uso delle bevande calde. lxx.
Esaltazioni fetenti, perchè sien nocevoli. xxxiii. Si debbono evitare da' Letterati. lxxxiii.
Escrementi rattenuti, suoi cattivi effetti. xxi. xxxv. Morte di Tycho Brahe. *ivi*.
Esercizio è necessario per mantener libera la circolazione del sangue xviii. Suoi buoni effetti. *ivi*. Fatto nell' aria aperta e campestre quanto sia giovevole. liii. In qual tempo si debba fare, e qual sia il migliore. *ivi*. Non dee esser troppo violento, ma moderato. lx. Violento quali mali apporta. *ivi*. Dopo del pranzo se sia utile o no, *ivi*. Si dee fare appoco appoco. *ivi*.
Età, variano le malattie de' Letterati secondo la diversa età. xliv. Ne' fanciulli. *ivi*. V. Fanciulli. Negli avvanzati in età. xlv.
Fakiri, loro maniera di vivere. xvii.
Fanciulli, non possono reggere ad un incessante studio. xi. Qual male loro si faccia sforzandogli allo studio. xliv. Massime ad uno studio non di loro genio, *ivi*. Qual debba esser l' educazione di quelli, che destinati sono agli studj. xcii.
Fatica dello spirito, prima sorgente delle malattie de' Letterati. iii.
Febbre lenta, frutto della vita sedentaria. xxiii.

Del

Del caffè. lxxii. Irregolare. xxvi.
Felici Antonio cit. xxiii. lvi.
Femmine, perchè alcune si conservano sane non ostante la loro vita sedentaria. liv. Loro malattie accresciute dalla continua lettura de' Romanzi. lxviii. *Nella Nota*.
Fernelio. cit. xiv.
Fibra coll'esercizio indurasi. xv. Felice sua disposizione fa forse, che gli studiosi arrivino ad una età provetta. xvii.
Figli de' Letter. perchè dissimili dai Padri loro. xxviii.
Filosofi non temono la morte. x.
Fisica arricchita da' Med. i. Necessaria ad essi. *ivi*.
Flatulenze donde anno origine. xxi. Da' legumi. lvii.
Fontenelle lod. xvii. cit. xxix.
Freddo, come sia nocivo a' Letterati. lxxiii. Segnatamente quello de' piedi. lxxiv.
Fregagioni, maniera di farle. lxxxiv. Vantaggi che da queste riportansi. *ivi*.
Frenesìa cagionata dallo studio. xiii. xiv.
Frugalità. V. Vivande.
Frutta, le acidule sono un vero cibo de' Letterati lx. Loro buoni effetti, *ivi*. Vero rimedio delle malattie dipendenti dal vizio della bile. *ivi*. Quando s'anno a mang. con quali cautele. *ivi*.
Fumo delle lumiere, quali mali apporra. xxxi. Del Tabacco. V. Tabacco.
Galeno fu uomo veramente religioso. l. *Nella Nota*. E' stato il primo a dimostrare l'influenza del corpo sull'anima. l. citat. l. viii. xv. xxvi. xxxv.
Ginnastica, uno de' principali preservativi della salute conosciuto dagli antichi. liii. Dovrebbesi di nuovo introdurre. *ivi*.
Giudici sono obbligati talvolta ricorrere ai principj della Medicina. i.
Giureconsulti in due maniere logorano la sanità. xxxix.

Con-

Gonfiamento di un braccio cagionato dalla meditazione. VII.
Gotta, accesso accelerato per lo studio. XI.
Gunzio citato. XVI.
Haller ha difeso la Religione. I. Non ha mai usato vino. LXVIII. cit. XIV. XXXVII.
Hernuti, setta. XIII.
Idropisìa, malattia assai frequente ne' Letter. XIX. Massime per l'abuso dell'acque calde LXX.
Immaginazione lesa. XIII. Si fa più viv. e pronta in tempo di sollievo alla Campagna. LI.
Infreddatura, incomodo frequente de' Letter. XXVI.
Immondezza, quanto sia nocevole alla sanità. XXXIII. Ipocondria. V. Affezione.
Ippocrate falsamente accusato d'irreligione I. è stato il primo a dividere la Fisica dalla Medicina I. cit. LVI. LXXXIII.
Istoria rischiarata dalla Medicina. I.
Lancisi cit. LXXX.
Latte vero alimento de' Sapienti purchè non sieno soggetti agli acidi. LIX. quando si debba usare. *ivi*. LXXXI.
Leggere subito dopo il pasto è nocevole. XXXIV. Settima cagione delle malattie de' Letter. *ivi*.
Letterati, sarebbe bene che tutti sapessero l'arte di conservar la salute. II. Sono soggetti ad una leggiera febbre. XI. Esempj di molti, che pervenuti sono alla vecchiaja, e come. XVII. E' difficile a Medici ottenere da essi l'abbandono de' libri. LI. temono finalmente tutto. *ivi*. Diverse loro occupazioni. LII. Non si debbono obbligare ad un vitto assolutamente vegetabile. LX. Debbono fuggir il vino. V. Vino. E l'acque calde. V. Bevande. Non anno ad obbligarsi a veruna legge per non contrarre degli abiti. XC. Ma dovrebbero assuefarsi a tutto. Sono le persone più deboli, e perciò loro di rado conviene il salasso. LXXXVI.
Libri frivoli, suoi effetti. V. Buoni. *ivi*. Romanzes-

zeschi sono forse cagione dell' accresciute malattie delle femmine. lxxiii. *Nella Nota*.
Lingue, loro scienza utile a' Medici. i.
Lusso cagione delle malattie nervose. lxxiii. *Nella Nota*.
Magistrato. V. Ministero.
Malattie. V. Cervello. De' nervi vengono accresciute dall' uso del vino. lxiii. Perchè queste in oggi sieno più frequenti. lxviii. *Nella Nota*. Nelle malattie de' Letterati deesi aver riguardo alla loro maniera di vivere. lxxix. Preservativi quando sono convalescenti. lxxx. Nelle loro malattie di rado conviene il salasso. lxxxvi.
Mallebranche cit. V.
Mania sopravvenuta dopo intensi studj. xiii.
Masticaz. è necessaria perchè succeda una buona digestione. lxiv. Altri suoi vantaggj. *ivi*.
Medico per esser tale dee esser buon Fisico. i.
Medici, che sono illuminati e dotti, sono lontani dalla superstizione. i. Sono calunniati dall' ignorante volgo perchè abbracciano la verità. i. Quali abbiano arricchito la Fisica. i. Quali scritto abbiano elegantemente. i. Sono i più felici fra i Letterati. xl.
Medicina è comune colla Fisica. i. Forense. V. Giudici.
Meditazione quali mali cagiona. iv. xii. Paragonata ad una legatura, alle evacuazioni eccessive. *ivi*. Sua differenza. *ivi*. V. Cervello.
Melanconia, effetto degli studj. xxiii. I Melanconici sono di progresso alle lettere. *ivi*. Divota. V. Divozione.
Memoria vacillante, sua cagione. xv.
Metodo di vita, che tener deggiono i Letterati. xvii. Nel cibarsi. lvi.
Ministero porta seco grandissimi guai. l.
Moliere, sua morte. xl.
Montesquieu cit. v. lii.

Mor-

Morgagni cit. xiv. xl.
Morton cit. xx. ix.
Moto. v. Esercizio.
Musici, a quali malattie sono esposti. xl.
Mutazione degli studj. v. Studio.
Natura, guarig. seguita per sola sua opera. vii.
Navigazione, eccellente esercizio per i Letterati. liii.
Nervi, parte princip. del cor. umano. iv. Loro origine. vi. infievoliti dall'applicazione ix. Sintomi della loro debolezza. x. xxvii. Loro azione necessaria per la digestione. xxxiv.
Nervi della vescica, e degl'intestini resi paralitici per la ritenzione degli escrementi. xxxv. Loro malattie. v. Malattie. Quale danno loro apportano le bevande calde. lxx.
Nottambulismo in uno studente di Medicina. xiv.
Notte è fatta per lo riposo. xxi.
Occhi fortemente infievoliti per lo studio della Matematica. vii. infiammati, o diversamente mal affetti. xxxviii.
Offmanno cit. xi. liii. lxxvii.
Oggetto della metafisica. iv. Della medicina. *ivi*.
Oratori, malattie a cui vanno soggetti. xxxix. V. Ernia.
Orazio cit. xlviii. lxiii. lxv.
Organo del pensiero. iv.
Ozio vera medicina de' Letterati. xvii. De' vecchj. xlviii.
Pane cibo ottimo pe' Letterati. lviii.
Parrochi per le loro occupazioni si sottraggono da molte malattie. xl.
Passioni, quali mali arrecano. lxviii. *Nelle Note*.
Pazzia provenuta dallo studio. xiii.
Peli, caduti tutti dopo un assiduo studio. xi. Spiegazione di questo fenomeno. *ivi*.
Pellegrini cit. lxxiii. *Nelle Note*.
Pesci, quelli sensa scaglie e grassi ec. non sono buoni pe' Letterati. lix. Quelli di fiume sono

otti-

ottimi. lxi.
Pisoni Omobono cit. lx.
Platner lod. lv. lxxv.
Platone cit. vi. ix. lx.
Plempio cit. xxxiv. xilx. lxxii.
Pletora, quali mali apporta ai Letterati. xxiii.
Polmone, organo troppo facile a risentire i funesti effetti della vita sedentaria. xxiv. Sede delle malattie degli Oratori. xxxix.
Positura del Letterato quando studia, inconvenienti, che da questa ne ridondano. xxx.
Pujati cit. xlvi.
Purganti, sono i mezzi più convenienti nelle malattie de' Letterati, lxxxvii. Quali si debbo sceglie-re. *ivi*. Non deesi però farne abuso. *ivi*.
Pusillanimità sintoma del genere nervoso indebolito. x.
Quassia, legno amaro del Surinam, cosa sia. lxxxii. Utilissimo forse più della China China ne' casi di languore. *ivi*.
Quiete. V. Vita sedentaria. Principal cagione delle malattie de' Letterati. xxx. E' necessaria quando si sente la testa calda, e pesante. lxxvi.
Quintiliano cit. xcii.
Ramazzini cit. lxxxvi.
Religione illuminata dalla Medicina. I.
Respirazione vien accresciuta dal moto muscolare. xx. Ajuta l' azione dei visceri del basso ventre. *ivi*.
Riposo dello spirito è necessario ai Letterati. I. II.
Rousseau cit. x.
Salasso di rado vien indicato nelle malattie de' Sapienti. lxxxvi. Esempj funesti de' salassi fatti mal a proposito. *ivi*.
Sangue, in tempo di studio se ne porta maggior copia alla testa. xiv. Ed in tempo di sonno. lxv. Diversità che passa fra il sangue de' Letterati, e quello degli Agricoltori. lxx.

Scien-

Scienze, loro cognizione molto influisce a render vie maggiormente felice chi n'è al possesso. xcii.

Scintille, che credono vedere i Letterati, donde. xxxviii.

Seneca lod. LV.

Sensi, loro privazione. viii.

Sensorio comune. iv. Sua tensione in tempo di studio. xiii.

Sidenamio cit. i.

Sobrietà necessaria ai Letterati perchè traspirano poco. lvi. Varj esempj di que'ch'anno usato la sobrietà. lxvi. e seg.

Società, suo abbandono, nona cagione delle malattie de'Letterati. xxxvi.

Sonno perturbato per una tuttocchè leggiera irritazione del cervello. xiv. Per lo studio. xxx. Mali dal dormir poco. xxx. Non è bene dormire dopo aver mangiato assai. lxv. Si ricupera facilmente collo scaldar i piedi. lxxiv. Non dovrebbero gli studiosi dormir dopo pranzo, ed almeno dormir dovrebbero per pocco tempo. Lxxv.

Sopore, affezioni soporose ne' Letterati. xiv.

Sorgenti delle malatie de' Letterati. III.

Sovranità, suoi incomodi. L.

Stomaco mal affetto per lo studio. viii. E'un male pe'Letterati aver uno stomaco forte xxiii. In uno stomaco debole gli alimenti si corrompono. xx. Negli Studiosi per lo più è debole. lxii. E'il primo a provare i cattivi effetti delle bevande calde. lxx.

Studio, suoi inconvenienti. x. Dipendenti da tre leggi dell' economia animale. xii. In tempo di studio si determina maggior copia d' umori alla testa. xiv. Indebolisce il cervello. xiv. Riduce gli uomini talora nello stato dell' infanzia. xiv. Esempio dello smoderato studio xxix. Mutazione del genere degli studj in un'età avanzata, perchè nocevole, xlviii. Non si dee studiar dopo l' esercizio del corpo. lv. Quale bene apporta lo studio. xcii.

Stu-

Stufe, perchè nocevoli nelle ſtanze de' Letterati. lxxiii.
Stupidezza cagionata dalle vigilie letterarie. vii. Dallo ſtudio della Metafiſica. vii.
Tabacco agiſce qual narcotico. lxxvi. Que che ſono accoſtumati a fumare non provano ſubito cattivi effetti. *ivi*. Si dee perſuadere la gioventù à non farne mai uſo. *ivi*. Sua introduzione. *ivi*. Il fumo fa ſalivar molto. *ivi*. Mali ſorprendenti, che inſorgono da queſto vizio. *ivi*. Apporta però qualche utile nella Medicina. *ivi*. Maniera di fumare. *ivi*. Preſo in polvere, ſuoi cattivi effetti. lxxviii.
Thè cagiona di molte malattie di languore, e d'altri mali. lxxi. Suoi principj. *ivi*. Dovrebbeſi proibire la ſua introduzione. *ivi*. Guarigione ſeguita dall' uſo del Thè. *ivi*. *Nelle Note*.
Temperamento, i diverſi temperamenti producono una grande varietà nelle malattie de' Letterati xlii. xliii.
Teſta, ſuo calore. x. E' ripiena d' umori in tempo di ſtudio. xiv. E del ſonno. lxv. Viene accreſciuta dall' uſo del vino. lxxxiv.
Tranquillità d' animo è neceſſaria per conſervarſi ſano, ed acquiſtarſi il carattere di uomo giuſto, e dabbene. xci.
Tralles lod. l.
Tralliano lod. l.
Traſpirazione inſenſibile rattenuta, ſuoi funeſti effetti. xxvi.
Traſtulli fanciulleſchi, vantaggioſi anche agli uomini grandi. liii.
Triſtezza, quale ſvantaggio apporta alla ſalute. xci.
Vanſvvieten cit. vii. x. xix. lxxvii.
Vecchiaja, preſto s' acquiſta continuando gli ſtudj. xlvii. I vecchj deono diminuire i loro ſtudj a proporzione, che l' età s' avanza. *ivi*.
Vigilia cagionata dallo ſtudio. xiii. Sorgente di molte malatie. xiv. Quarta cagione delle malattie de' Letterati. xxxi.

Vino è un stimolante. lxviii. Accresce le malattie de' nervi, ed induce una debolezza nello spirito. *ivi*. Conturba la digestione. *ivi*. Determina maggior copia di sangue alla testa. *ivi*. Conviene moltissimo in tempo della convalescenza. lxxxix.

Viridet citato. vii.

Viscoso, ammasso di materie viscose tenaci proveniente dalla vita sedentaria sullo stomaco. xx. Negl' intestini. xxi.

Vista affaticata è cagione di molte malattie della testa. xvi. Danneggiata. xxxviii.

Vita sedentaria feconda sorgente delle malattie de' Letterati. 2ii. Suoi cattivi effetti. xix. Nelle funzioni del basso ventre xx. Nel polmone. xxiv. Diminuisce l' insensibil traspirazione. xxvi. Vita molle, quali danni arreca alla salute. lxxiii. *Nella Nota*.

Vitto. V. Cibo.

Vivande, il loro numero dee essere moderato. lxiii. Bene fa chi si limita ad una sola. *ivi*. La loro varietà è assai perniciosa. *ivi*.

Unione dello spirito col corpo è difficile a spiarsi. iv. Risentono amendue a vicenda i mali dell' uno, che dell' altro. xxvii.

Uomini, che fanno la gloria de' secoli. xvii. Gli uomini giusti e dabbene arrivano tranquilli ad un' avanzata vecchiezza, e terminano felicemente i loro giorni. xci.

Vomito dopo aver affaticato lo spirito. xii.

Uova fresche ottimo alimento. liv. La porzione bianca è più facile a digerirsi. *ivi*.

Zimmerman cit. xii. xix. xxxviii. xlix.

Il Fine dell' Indice.